พระโพธิญาณเถร (หลวงพ่อชา สุภัทโท)

น้ำไหลนิ่ง



น้ำไหลนิ่ง พระโพธิญาณเถร (หลวงพ่อชา สุภัทโท) มรดกธรรม เล่มที่ ๒



น้ำไหลนิ่ง

พระโพธิญาณเถร (หลวงพ่อชา สุภัทโท)

วัดหนองป่าพง อำเภอวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี



น้ำไหลนิ่ง

พระโพธิญาณเถร (หลวงพ่อชา สุภัทโท)

ISBN : ๙๗๔-๐๐๕-๕๕๘-๓

พิมพ์ครั้งที่ ๑	จำนวน	๒๕,๐๐๐ เล่ม	มกราคม ๒๕๓๕
พิมพ์ครั้งที่ ๒	จำนวน	๑๐,๐๐๐ เล่ม	กรกฎาคม ๒๕๓๖
พิมพ์ครั้งที่ ๓	จำนวน	๓,๐๐๐ เล่ม	กรกฎาคม ๒๕๓๙

มรดกธรรม เล่มที่ ๒ พ.ศ. ๒๕๔๔

พิมพ์ครั้งที่ ๔	จำนวน	๒๐,๐๐๐ เล่ม	ตุลาคม ๒๕๔๔
พิมพ์ครั้งที่ ๕	จำนวน	๕,๐๐๐ เล่ม	สิงหาคม ๒๕๔๖
พิมพ์ครั้งที่ ๖	จำนวน	๒๐,๐๐๐ เล่ม	กันยายน ๒๕๔๖
พิมพ์ครั้งที่ ๗	จำนวน	๒,๐๐๐ เล่ม	กันยายน ๒๕๔๖
พิมพ์ครั้งที่ ๘	จำนวน	๒,๐๐๐ เล่ม	ธันวาคม ๒๕๔๖
พิมพ์ครั้งที่ ๙	จำนวน	๓,๕๐๐ เล่ม	เมษายน ๒๕๔๗

พิมพ์ที่ : บริษัท เฟื่องฟ้า พริ้นติ้ง จำกัด

๔๕/๔๔๗-๔๔๘ หมู่ ๕ ถนนวงแหวนรอบนอก แขวงบางบอน

เขตบางบอน กทม. ๑๐๑๕๐

โทร. ๐-๒๘๙๕-๒๓๐๐-๓ แฟกซ์ ๐-๒๘๙๕-๒๓๐๔

มรดกธรรม

พระโพธิญาณเถร (หลวงปู่ชา สุภทฺโท)

เล่มที่ ๒ "น้ำไหลนิ่ง" เป็นหนังสือคำสอนของพระเดชพระคุณหลวงปู่ชา ที่ฝากไว้เป็นมรดกธรรมแก่เหล่าศิษยานุศิษย์ทั้งบรรพชิตและคฤหัสถ์ เพื่อเป็นแนวทางในการศึกษาปฏิบัติให้ถูกต้องตรงตามหลักที่พระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงตรัสไว้

อนึ่ง มรดกธรรมในรูปแบบต่างๆ ที่พระเดชพระคุณหลวงปู่ฯ ฝากไว้ไม่ว่าจะเป็นหนังสือ เทปเสียงตลอดทั้งในรูปแบบอื่นๆ *ยกเว้น รูปหล่อ รูปเหรียญ หรือวัตถุมงคลต่างๆ อันเกี่ยวกับพระเดชพระคุณ หลวงปู่ท่านไม่ยินดีให้จัดทำ* ล้วนแต่เป็นมรดกอันล้ำค่า นับวันจะผิดเพี้ยนลบเลือนไป

คณะศิษย์จึงได้แต่งตั้งคณะกรรมการขึ้น เพื่อจัดการดูแล ตรวจสอบศาสนสมบัติ อันเป็นมรดกธรรมของพระเดชพระคุณหลวงปู่ชา ให้คงสภาพเดิมให้เป็นไปตามเจตนารมณ์ขององค์ท่าน

อานิสงส์อันเกิดจากมรดกธรรมในมือท่านเล่มนี้ ขอถวายเป็นอาจาริยบูชาแด่พระเดชพระคุณหลวงปู่ ตลอดทั้งผู้ที่ได้สัมผัสขอจงเจริญด้วยจตุรพิธพรสรรพสิริสวัสดิ์พิพัฒนมงคล สมบูรณ์พูนผล รุ่งเรืองในพระสัทธรรมคำสอนขององค์พระบรมศาสดาตลอดไป ด้วยเทอญ

๓๑ มีนาคม ๒๕๔๕

(พระวิสุทธิสังวรเถร)
เจ้าอาวาสวัดหนองป่าพง
ประธานกรรมการจัดการมรดกธรรมพระโพธิญาณเถร (หลวงปู่ชา สุภทฺโท)

คำปรารภ

พระธรรมเทศนา “น้ำไหลนิ่ง” เป็นข้อธรรมที่พระเดชพระคุณพระโพธิญาณเถร (หลวงปู่ชา สุภทฺโท) ได้ฝากไว้แก่ เหล่าสานุศิษย์ เพื่อเป็นแนวทางการประพฤติปฏิบัติที่ถูกต้องตามพระธรรมคำสอน ของพระบรมศาสดา

เพื่อถวายเป็นพุทธบูชา ธรรมบูชา สังฆบูชา และด้วยความระลึกถึงปรารถนาดีในญาติธรรมทั้งหลาย คณะศิษย์ ได้แจ้งความจำนงค์ขออนุญาตจัดพิมพ์ พระธรรมเทศนา เรื่อง “น้ำไหลนิ่ง” ถวายสมทบเข้ากองทุนมรดกธรรม หลวงปู่ชา เพื่อการเผยแผ่ให้กว้างไกลมากยิ่งขึ้น

จึงขออนุโมทนาบุญในเจตนาอันเป็นกุศลยิ่งอันนี้ ขอเจ้าศรัทธาพร้อมทั้งผู้ที่ได้สัมผัสมรดกธรรมนี้ จงเป็นผู้เจริญรุ่งเรืองในพระธรรมคำสอนตลอดไป

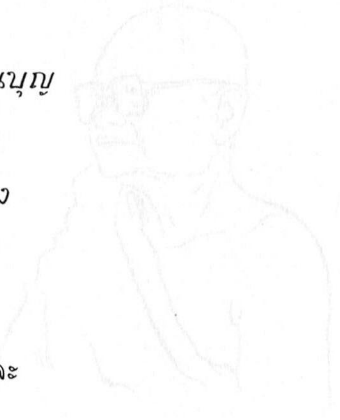
ขอเจริญพร

(พระวิสุทธิสังวรเถร)

เจ้าอาวาสวัดหนองป่าพง

เมษายน ๒๕๔๗

สารบัญ





ทำใจให้เป็นบุญ

พระโพธิญาณเถร (หลวงพ่อชา สุภัทโท)

แสดงแก่ชมรมพุทธศาสตร์เอสโซ่ วันที่ ๒๐ กุมภาพันธ์ ๒๕๒๔



ทำใจให้เป็นบุญ

โอกาสที่พวกเราจะได้มารวมกันแต่ละครั้งนี้ก็ลำบากนะ นับว่าเป็นมงคลอันหนึ่งที่ได้มาถวายสังฆทาน และได้มาฟังธรรมที่วัดหนองป่าพง เมื่อคืนคงได้ฟังหลายกัณฑ์ละมังนี่ อาตมาได้ขอโอกาสแก่พระสงฆ์ทั้งหลายและญาติโยมแล้ว ให้พระสงฆ์ทำธุระแทน กำลังมันน้อย ทุกวันนี้ลมมันน้อย เสียงมันก็น้อย ทำไมมันจึงน้อย มันจะหมดน่ะแหละ น้อยๆลง เดี๋ยวก็หมดแหละ มาที่นี่นับเป็นโชคดีที่ยังเห็นตัวเห็นตนอยู่นะ ถ้านานๆไป มันจะไม่ได้เห็นแล้ว จะเห็นก็แต่วัดเท่านั้นแหละ ต่อจากนี้ให้ตั้งใจฟังธรรม

ระยะเวลานี้พวกเราแสวงบุญกันมาก มีคนแสวงบุญกันมากทุกแห่ง ที่ไหนที่ไหนก็มาผ่านวัดป่าพง ที่จะไปก็ผ่านที่นี้ ที่ไม่ผ่านกลับมาก็ต้องผ่าน ทอดผ้าป่าทอดกฐินทุกครั้ง ถ้าขาไปไม่พบ ขากลับก็ต้องมาผ่าน ก็คือต้องผ่านทั้งนั้น ฉะนั้นวัดป่าพงจึงเป็นเมืองผ่าน ผ่านไปชั่วคราว ผ่านไปผ่านมา บางคนที่มีธุระรีบร้อนก็ไม่ได้พบกัน ไม่ได้พูดกัน ฉะนั้นจึงต้องอาศัยเวลาของพวกเรา โดยมากก็มาแสวงหาบุญกัน **แต่ว่าไม่เคยเห็นญาติโยมที่แสวงหาการละบาป** มีแต่แสวงบุญเรื่อยไป ไม่รู้จะเอาบุญไปไว้ตรงไหนก็ไม่รู้

ผ้าสกปรกไม่ฟอก แต่อยากจะรับน้ำย้อมนะ นี่มันเป็นอย่างนั้น คำสอนของพระท่านพูดไปโดยตรงง่ายๆ แต่มันยากกับคนที่จะต้องปฏิบัติ มันยากเพราะคนไม่รู้ เพราะคนรู้ไม่ถึง มันจึงยาก ถ้าคนรู้ถึงแล้ว มันก็ง่ายขึ้นนะ อาตมาเคยสอนว่าเหมือนกันกะรู มีรูอันหนึ่ง ถ้าเราเอามือล้วงเข้าไปไม่ถึงก็นึกว่ารูนี้มันลึก ทุกคนตั้งร้อยคนพันคน นึกว่ารูมันลึก **ก็เลยไปโทษรูว่ามันลึก เพราะล้วงไปไม่ถึง คนที่จะว่าแขนเราสั้นไม่ค่อยมี** ร้อยก็ทั้งร้อยว่ารูมันลึกทั้งนั้น คนที่จะว่า ไม่ใช่ แขนเรามันสั้น ไม่ค่อยมี

คนแสวงหาบุญเรื่อยๆไป วันหลังต้องมาแสวงหาการละบาปกันเถอะ ไม่ค่อยจะมี นี่มันเป็นเสียอย่างนี้ คำสอนของพระท่านบอกไว้สั้นๆ แต่คนเรามันผ่านไปๆ **ฉะนั้นวัดป่าพงมันจึงเป็นเมืองผ่าน ธรรมะก็จึงเป็นเมืองผ่านของคน**

สพฺพปาปสฺสอกรณํ กุสลสฺสูปสมฺปทา

สจิตฺตปริโยทปนํ

๓ คาถาเท่านี้ไม่มากเลย

สัพพะปาปัสสะ อะกะระนัง* การไม่กระทำบาปทั้งปวงนั่นน่ะ *เอตัง พุทธานะสาสะนัง เป็นคำสอนของพระ อันนี้เป็นหัวใจของพุทธศาสนา แต่เราข้ามไปโน้น เราไม่เอาอย่างนี้ **การละบาปทั้งปวงน้อยใหญ่ ทางกายวาจาใจน่ะเป็นเลิศประเสริฐแล้ว *เอตัง พุทธานะสานะนัง*** อันนี้เป็นคำสอนของพระ อันนี้เป็นตัวศาสนา อันนี้เป็นคำสั่งสอนที่แท้จริง

ธรรมดาของเรานะ เวลาจะย้อมผ้า ก็จะต้องทำผ้าของเราให้สะอาดเสียก่อน อันนี้ไม่อย่างนั้นสิ เราไปเที่ยวตลาด เห็นสีมันสวยๆ ก็นึกว่าสีนั้นสวยดี เราจะย้อมผ้าละไม่ดูผ้าของเรา จับสีขึ้นมา เห็นสีสวยๆ ก็จะเอามาย้อมผ้าอย่างนั้นแหละ เอามาถึงก็เอามาย้อมเลย ผ้าของเรายังไม่ได้ฟอก ไม่สะอาด มันก็ยิ่งขี้เหร่ไปกว่าเก่าเสียแล้ว เราคิดดูซิกลับไปนี่ เอาผ้าเช็ดเท้าไปย้อมไม่ต้องซักละนะ จะดีไหมน่ะ?

ดูซิ นี่ละ พระพุทธเจ้าท่านสอนกันอย่างนี้ เราข้ามกันไปหมด **พากันทำบุญ แต่ว่าไม่พากันละบาป** ก็เท่ากับว่ารู**มันลึก** ใครๆก็ว่ามันลึก ตั้งร้อยตั้งพันก็ว่ารูมันลึก คนจะว่าแขนมันสั้นนะไม่ค่อยจะมี มันต้องกลับ ธรรมะต้องถอยหลังกลับมาอย่างนี้ ถึงจะมองเห็นธรรมะ มันต้องมุ่งหน้ากันไปอย่างนี้

บางทีก็พากันไปแสวงหาบุญกัน ไปรถบัสคันใหญ่ๆ สองคันสามคัน พากันไป ไปกัน บางทีทะเลาะกันเสียบนรถก็มี บางทีกินเหล้าเมากันบนรถก็มี ถามว่าไปทำไม ไปแสวงบุญกัน ไปแสวงหาบุญ **ไปเอาบุญ แต่ไม่ละบาป ก็ไม่เจอบุญกันสักที** มันก็เป็นอย่างนั้นแหละ อันนี้มันอยู่อย่างนี้ มันจะสะดุดเท้าเราใช่ไหม

ให้มองดูใกล้ๆ มองดูตัวเรา พระพุทธเจ้าท่านให้มองดูตัวเรา ให้สติสัมปชัญญะอยู่รอบๆตัวเรา ท่านสอนอย่างนี้ บาปกรรมทำชั่วทั้งหลาย มันเกิดขึ้นทั้งทางกาย ทางวาจา ทางใจ บ่อเกิดของบาปบุญคุณโทษก็คือกาย วาจา ใจ เราเอากาย วาจา ใจมาด้วยหรือเปล่าวันนี้ หรือเอาไว้ที่บ้าน นี่ต้องดูอย่างนี้ ดูใกล้ๆอย่าไปดูไกล เราดูกาย

ของเรานี่ ดูวาจา ดูใจของเรา ดูว่าศีลของเราบกพร่องหรือไม่ อย่างนี้ไม่ค่อยจะเห็นมี

โยมผู้หญิงเราก็เหมือนกันแหละ ล้างจานแล้วก็บ่นหน้าบูดหน้าเบี้ยวอยู่นั้นแหละ มัวไปล้างแต่จานให้มันสะอาด แต่ใจเราไม่สะอาด นี่มันไม่รู้เรื่อง เห็นไหม ไปมองดูแต่จานมองดูไกลเกินไปใช่ไหม ดูนี่ซิ ใครคงจะถูกเข้าบ้างละมังนี่นี่ให้ดูตรงนี้ มันก็ไม่สะอาดแต่จานเท่านั้นแหละ แต่ใจเราไม่สะอาด นี่มันก็ไม่ดี **เรียกว่าเรามองข้ามตัวเอง ไม่มองดูตัวเอง ไปมองดูแต่อย่างอื่น จะทำความชั่วทั้งหลาย ก็ไม่เห็นตัวของเรา ไม่เห็นใจของเรา**

ภรรยาก็ดี สามีก็ดี ลูกหลานก็ดี จะทำความชั่วแต่ละอย่างก็ต้องมองโน้นมองนี้ แม่จะเห็นหรือเปล่า ลูกจะเห็นหรือเปล่า สามีจะเห็นหรือเปล่า ภรรยาจะเห็นหรือเปล่า อะไรอย่างนี้ ถ้าไม่มีใครเห็นแล้วก็ทำ อันนี้มันดูถูกเจ้าของว่า คนไม่เห็นก็ทำดีกว่า รีบทำเร็วๆเดี๋ยวคนจะมาเห็น **แล้วตัวเราที่ทำนี่มันไม่ใช่คนหรือ** เห็นไหม นี่มันมองข้ามกันไปเสียอย่างนี้ จึงไม่พบของดี ไม่พบธรรมะ ถ้าเรามองดูตัวของเรา เราก็จะเห็นตัวเรา จะทำชั่วเราก็รู้จัก ก็จะได้ห้ามเสียทันที จะทำ

ความดีก็ให้ดูที่ใจ เพราะเราก็มองเห็นตัวของเราอยู่แล้ว ก็จะรู้จักบาป รู้จักบุญ รู้จักคุณ รู้จักโทษ รู้จักผิด รู้จักถูก อย่างนี้ก็ต้องรู้สึกสิ

นี่ถ้าไม่พูดก็ไม่รู้ เราโลภก็ไม่รู้ เราหลงก็ไม่รู้ อะไรๆเราก็ไม่รู้ ไปมุ่งกันอย่างอื่น นี่เรียกว่าโทษของคนที่ไม่มองดูตัวของเรา ถ้าเรามองดูตัวของเรา เราก็จะเห็นชั่วเห็นดีทุกอย่าง อันนี้ดีก็จะได้เก็บไว้ แล้วเอามาปฏิบัติ เก็บดีมาปฏิบัติ ดีก็ทำตาม ความชั่วเก็บมาทำไม เก็บมาเพื่อเหวี่ยงทิ้ง

การละความชั่ว ประพฤติความดี นี่เป็นหัวใจของพระพุทธศาสนา ***สัพพะปาปัสสะ อะกะระณัง*** การไม่ทำบาปทั้งทางกาย วาจา ใจ นั่นแหละถูกแล้ว เป็นคำสอนของพระถูกแล้ว สะอาดแล้วละทีนี้ ต่อนั้นไปก็ ***กุสะลัสสูปะสัมปะทา*** **คือทำใจให้เป็นบุญเป็นกุศล** คงรู้จักแล้ว เมื่อจิตเป็นบุญ จิตเป็นกุศลแล้ว เราก็ไม่ต้องนั่งรถไปแสวงหาบุญที่ไหน ใช่ไหม นั่งอยู่ที่บ้านเราก็จับบุญเอา จับเอา ก็เรารู้จักแล้ว อันนี้ไปแสวงหาบุญกันทั่วประเทศ แต่ไม่ละบาป กลับไปบ้านก็กลับไปเปล่าๆ ไปทำหน้าบูดหน้าเบี้ยวอย่างเก่าอยู่นั่นแหละ ไปล้างจานหน้าบูดอยู่นั่นแหละ ไปดูแต่จานให้มันสะอาด แต่ใจ

เราไม่สะอาด ไม่ค่อยจะดูกัน นี่คนเรามันพ้นจากความดีไปเสียอย่างนี้ คนเราน่ะมันรู้ แต่ว่ามันรู้ไม่ถึง **เพราะรู้ไม่ถึงใจของเรา ฉะนั้นหัวใจของพระศาสนาจึงไม่ผ่านเข้าหัวใจของเรา ใช่ไหม**

เมื่อจิตของเราเป็นบุญเป็นกุศลแล้ว มันก็จะสบาย นั่งยิ้มอยู่ในใจของเรานั้นแหละ แต่นี่หาเวลายิ้มได้ยากใช่ไหมนี่ **เวลาที่เราชอบใจถึงยิ้มได้ใช่ไหม เวลาไม่ชอบใจละก็ยิ้มไม่ได้** จะทำยังไง ไม่สบายหรือสบายแล้ว **คนเราต้องมีอะไรชอบใจเราแล้วจึงจะสบาย ต้องให้คนในโลกทุกคนพูดทุกคำให้ถูกใจเราหมด แล้วจึงจะสบายอย่างนั้นหรือ ถ้าเป็นอย่างนั้นเราจะสบายได้เมื่อไร**

มีไหมใครจะพูดถูกใจเราทุกคน มีไหมนี่ แล้วเราจะเอาสบายได้เมื่อไร เราต้องอาศัยธรรมะนี่ ถูกก็ช่างไม่ถูกก็ช่างเถอะ เราอย่าไปหมายมั่นมัน จับดูแล้วก็วางเสีย เมื่อใจมันสบายแล้ว ก็ยิ้มอยู่อย่างนั้นแหละ อะไรที่ว่ามันไม่ดีไม่พอใจของเรา เป็นบาป มันก็หมดไป มีอะไรดี มันก็คงต้องเป็นไปของมันอย่างนั้น

สะจิตตะปะริโยทะปะนัง **เมื่อชำระบาปแล้ว มันก็หมดกังวล ใจก็สงบ ใจเป็นบุญเป็นกุศล** เมื่อใจเป็นบุญ เมื่อใจเป็นกุศลแล้ว ใจก็สบาย สว่าง เมื่อจิตใจมันสว่างแล้ว ก็ละบาป ใจสว่าง ใจผ่องใส จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน มันก็สบาย เมื่อสบายสงบแล้ว **นั่นแหละคือคุณสมบัติของมนุษย์ที่แท้เต็มที่** ที่เราอยู่สบายนั้นแหละ

ทีนี้เกี่ยวกับสิ่งที่เราชอบใจ ถ้าเขาพูดชอบใจเราก็ยิ้ม ถ้าเขาพูดไม่ชอบใจเราก็หน้าบูด เมื่อไรใครจะพูดให้ถูกใจเราทุกๆวัน มีไหม แม้แต่ลูกในบ้านเรา เคยพูดถูกใจเราไหม เราเคยทำให้พ่อแม่ถูกใจหรือเปล่า แน่ะ ไม่ใช่แต่คนอื่น แม้แต่หัวใจของเราเองก็เหมือนกัน บางทีคิดขึ้นมาไม่ชอบใจเหมือนกัน แล้วทำอย่างไร แน่ะ บางทีเดินไปตำหัวตอสะดุดปึ๊ก ฮึ! มันอะไรล่ะ ใครไปสะดุดมันล่ะ จะไปว่าใครล่ะ ก็ตัวเราทำเองนี่ จะทำยังไง ก็แต่ใจเราเองยังไม่ถูกใจตัวของเราเอง ให้เราคิดดูสิ อันนี้มันเป็นอย่างนี้ละ มีบางอย่างเราก็ทำไม่ถูกใจเราเอง ก็ได้ แต่ “ฮึ!” ก็ไม่รู้จะไป “ฮึ!” เอาใคร นี่ล่ะมันไม่เที่ยงอย่างนี้

บุญในทางพุทธศาสนาคือการละบาป เมื่อละบาปแล้วมันก็ไม่มีบาป ไม่มีบาปมันก็ไม่ร้อน ไม่ร้อนมันก็เย็น **จิตที่สงบแล้วนั้นจึงว่าเป็นกุศลจิต ไม่คิดโมโห มันก็ผ่องใส** ผ่องใสด้วยวิธีอะไร ก็ให้โยมรู้จักว่า แหมวันนี้น่ะ ใจมันดุเหลือเกิน ไปมองดูอะไร แม้แต่จะมองดูถ้วยในตู้ มันก็ไม่สบาย อยากจะทุบมันทิ้งให้หมดทุกใบเลย ไปดูอะไรก็ไม่ชอบใจไปเสียทั้งนั้น ดูใคร ดูเป็ด ดูไก่ ดูสุนัข ดูแมว ไม่ชอบใจ แม้แต่พ่อบ้านพูดขึ้นมาก็ไม่ชอบใจ เมื่อดูในใจของเราก็ไม่ชอบใจของเรา ทีนี้ก็ไม่รู้จะไปอยู่ตรงไหนแล้วละ ทำไมมันถึงได้เกิดความร้อนอย่างนี้ **นั่นแหละที่เรียกว่า คนหมดบุญล่ะ** เดี๋ยวนี้เรียกคนตายว่าคนหมดบุญแล้ว ไม่ใช่อย่างนั้น คนที่ไม่ตายแต่หมดบุญมีเยอะ คือคนที่ไม่รู้จักบุญ ใจมันเป็นแต่บาปอยู่อย่างนั้นจึงสะสมแต่บาปอยู่

โยมไปทำความดี ก็เหมือนโยมอยากได้บ้านสวยๆ จะปลูกบ้านแต่ไม่ปราบที่มันเสียก่อน เดี๋ยวบ้านมันก็จะพังเท่านั้นเอง ใช่ไหม สถาปนิกไม่ดีนี่ อันนี้ก็ต้องทำเสียใหม่ พยายามใหม่ ให้เราดูของเรานะ ดูข้อบกพร่องของเรา ดูกาย ดูวาจาดูใจของเรา กายเรานี่ก็มีอยู่แล้ว วาจาก็มีอยู่แล้ว ใจก็มีอยู่

แล้ว จะไปหาที่ปฏิบัติที่ไหนเล่า ไม่ใช่มันหลงหรือนี่ จะไปหาที่ปฏิบัติอยู่ในป่า วัดป่าพงสงบหรือ ไม่สงบเหมือนกัน ที่บ้านเรานั่นแหละ มันสงบ

ถ้าเรามีปัญญา ที่ไหนที่ไหนมันก็สบาย มันสบายทั้งนั้น โลกทั้งหลายเขาถูกต้องของเขาหมดแล้ว ต้นไม้ทุกต้นมันก็ถูกต้องตามสภาพของมันแล้ว ต้นยาวก็มี ต้นสั้นก็มี ต้นที่มันเป็นโพรงก็มี สารพันอย่าง ของเขาเป็นของเขาอยู่อย่างนั้น มีแต่ตัวเรานั่นแหละไปคิด เพราะไม่รู้เรื่อง เฮ้ ต้นไม้นี่มันยาวไป อ้ายต้นนี้มันสั้นไป อ้ายต้นนี้มันเป็นโพรง ต้นไม้น่ะเขาอยู่เฉยๆ เขาสบายกว่าเรา ฉะนั้น จึงไปเขียนคำโคลงไว้ที่ต้นไม้ดีกว่า ให้ต้นไม้มันสอนเรา ได้อะไรบ้างหรือไม่ล่ะ มาวันนี้ได้อะไรที่ต้นไม้ไปบ้างไหม ต้องเอาให้ได้สักอย่างหนึ่งนะ

ต้นไม้หลายต้น มีทุกอย่างที่จะสอนเราได้ อย่างนี้เรียกว่า**ธรรมะนะมันมีอยู่ทุกสภาพตามธรรมชาติทุกอย่างให้เข้าใจนะ อย่าไปติเสียว่ารูมันลึก เข้าใจไหม ให้วกมาดูแขนของเราสิ** อ้อ แขนของเรามันสั้น อย่างนี้ก็สบาย เมื่อจะตรวจก็ให้รู้ว่ามันไม่ดีอย่างไร อย่าไปว่าแต่ว่ารูมันลึก ให้เข้าใจเสียบ้างอย่างนั้น

บุญกุศลใดๆ ที่เราทำให้มันมีไว้ในใจแล้ว นั่นละมันเลิศ ที่ทำบุญกันวันนี้ก็ดีแต่ว่ามันไม่เลิศ จะสร้างถาวรวัตถุอะไรก็ดี แต่ว่ามันไม่เลิศ ถ้าสร้างใจให้เป็นบุญนั่นแหละมันจึงเลิศ **มานั่งที่นี่ก็สบาย กลับไปบ้านก็สบาย ให้มันเลิศ ให้มันเป็นบุญไว้นะ** อันนี้มันเป็นเพียงตัววัตถุ เป็นกระพี้ของแก่น แต่ว่าแก่นมันจะมีได้ก็ต้องอาศัยกระพี้ มันเป็นเสียอย่างนั้น แก่นมันต้องอาศัยกระพี้ มีกระพี้จึงมีแก่น ให้เข้าใจอย่างนั้น ทุกอย่างก็เหมือนกันฉันนั้น

ฉะนั้น ถ้าเรามีปัญญาแล้ว มองดูที่ไหนที่ไหนมันก็จะเห็นธรรมะทั้งนั้น ถ้าคนขาดปัญญาแล้ว มองไปเห็นสิ่งที่ว่าดีมันก็เลยกลายเป็นไม่ดี ก็ความไม่ดีมันอยู่ที่ไหน มันก็อยู่ที่ใจของเรานี่แหละ ตามันเปลี่ยน จิตใจมันก็เปลี่ยน อะไรๆมันก็เปลี่ยนไปทั้งนั้น สามีภรรยาเคยพูดกันสบายๆ เอาหูฟังได้ อีกวันหนึ่งใจมันไม่ค่อยดี ใครพูดอะไรมันก็ไม่เข้าท่า ไม่รับทั้งนั้น มันไม่เอาทั้งนั้นแหละ ใช่ไหม ใจมันไม่ดี ใจมันเปลี่ยนไปเสียแล้ว มันเป็นเสียอย่างนั้น ฉะนั้นการละความชั่ว ประพฤติความดี จึงไม่ต้องไปหาที่อื่น

ถ้าใจมันไม่ดีขึ้นมาแล้ว อย่าไปมองคนโน้น หรือไปว่าคนโน้นว่าคนนี้ ให้ดูใจของเราว่า ใครเป็นผู้พูดอะไร ทำไมมันถึงเป็นอย่างนี้ จิตใจทำไมมันเป็นอย่างนี้นะ นี่ให้เข้าใจว่า ลักษณะทั้งหลายนี้มันไม่เที่ยง ความรักมันก็ไม่เที่ยง ความเกลียดมันก็ไม่เที่ยง

"เราเคยรักลูกบ้างไหม" ถามอย่างนี้ก็ได้

"รัก เคยรัก" อาตมาตอบแทนเอง

"เคยเกลียดบ้างไหม"

ตอบแทนเลยนะนี่ "บางทีก็เกลียดมัน"

"ทิ้งมันได้ไหม"

"ทิ้งไม่ได้"

"ทำไม"

ลูกคนไม่เหมือนลูกกระสุน ลูกกระสุนยิงโป้งออกไปข้างนอก ลูกคนยิงโป้งมาโดนที่ใจเรานี้ ดีก็มาถูกตัวนี้ ชั่วก็มาถูกตัวนี้ อย่างนี้เรียกว่ามันเป็นกรรม ลูกเรานั่นแหละ มีคนดีมีคนชั่ว ทั้งดีทั้งชั่วก็เป็นลูกเราทั้งนั้น เขาเกิดมาแล้ว ดูสิ คนที่ไม่ดีขนาดไหนก็ยิ่งรัก เกิดมาเป็นโรคโปลิโอ ขาเป๋ ดูซิ รักคนนั้นกว่าเขาแล้ว จะออกไปจากบ้าน เพราะรักคนนี้จึง

ต้องสั่งว่า ดูน้องดูคนนี้ด้วยเถิด เมื่อจะตายจากไปก็สั่งไว้ให้ดู ให้ดูคนนี้ ดูลูกฉันคนนี้ มันไม่แข็งแรง ยิ่งรักมันมาก

ถ้าเป็นผลไม้ มันเน่าละก็ เหวี่ยงเข้าป่าไปเลย ไม่เสียดาย แต่คนเน่ายิ่งเสียดาย มันลูกเรานี่ ทำอย่างไรเล่า นี่ให้เข้าใจเสียอย่างนี้

ฉะนั้นจงทำใจไว้เสียดีกว่านะ **รักครึ่งชังครึ่ง อย่าทิ้งมันสักอย่าง ให้มันอยู่รวมๆกัน ของๆเรานี่ นี่คือกรรม** กรรมนั้นละเป็นของเก่าของเราละน้อ นี่มันก็สมกันกับเจ้าของ เขาคือกรรมก็ต้องเสวยไป **ถ้ามันทุกข์ใจเข้ามาเต็มที่ ก็ "อื" กรรมนะกรรม ถ้ามันสบายใจดี ก็ "อื" กรรมนะ**

บางทีอยู่ที่บ้านทุกข์ ก็อยากหนีไปน่ะ มันวุ่นวาย ถ้ามันวุ่นวายเข้าจริงๆ บางทีอยากผูกคอตายก็มี **กรรมเราต้องยอมรับมันอย่างนี้เรื่อยๆไป** สิ่งที่ไม่ดีก็ไม่ต้องทำล่ะซี เท่านี้ก็พอมองเห็นเจ้าของแล้วใช่ไหม พอมองเห็นเจ้าของแล้วนะ นี่เรื่องการพิจารณาสำคัญอย่างนี้

เรื่องการภาวนา อารมณ์ที่เรียกว่าภาวนา เขาเอาพุทโธ ธัมโม สังโฆ มาภาวนาทำกรรมฐานกัน แต่เราเอาสั้นกว่านั้น

เมื่อรู้สึกว่าใจมันหงุดหงิด ใจไม่ดี โกรธ เราก็ร้อง "ฮึ"

เวลาใจดีขึ้นมาก็ร้อง "ฮึ" ว่ามันไม่เที่ยงดอก

ถ้ามันรักคนนั้นขึ้นมาในใจก็ "ฮึ"

ถ้ามันจะโกรธคนนั้นขึ้นมาก็ "ฮึ"

เข้าใจไหม ไม่ต้องไปดูลึก ไม่ต้องไปดูพระไตรปิฎกหรอก ไอ้ "ฮึ" นี่เรียกว่ามันไม่เที่ยง ความรักนี่มันก็ไม่เที่ยง ความชังนี่มันก็ไม่เที่ยง ความดีมันก็ไม่เที่ยง ความชั่วมันก็ไม่เที่ยง มันเที่ยงอย่างไรเล่า มันจะเที่ยงตรงไหน

มันเที่ยงก็เพราะของเหล่านั้น มันเป็นของมันอยู่อย่างนั้น คือมันเที่ยงอย่างนี้ มันไม่แปรเป็นอย่างอื่น มันเป็นอย่างนั้น นี่เรียกว่าความเที่ยง เที่ยงก็เพราะว่ามันเป็นของมันอยู่อย่างนั้น มันไม่ได้แปรเป็นอย่างอื่น เดี๋ยวมันก็รัก เดี๋ยวมันก็ชัง มันเป็นของมันอยู่อย่างนี้ นี่คือมันเที่ยงอย่างนี้ ฉะนั้นจึงจะบอกว่าเมื่อความรักเกิดขึ้น เราก็บอก "ฮึ" มันไม่เปลืองเวลาดี ไม่ต้องว่า อนิจจัง ทุกขัง อนัตตาแล้ว ถ้าโยมขี้เกียจ

ภาวนามาก เอาง่ายๆดีกว่า คือ **ถ้ามันเกิดมีความรักขึ้นมา มันจะหลงก็ร้อง "ฮึ" เท่านี้แหละ อะไรๆมันก็ไม่เที่ยงทั้งนั้น มันเที่ยงก็เพราะมันเป็นของมันอยู่อย่างนั้น** เห็นเท่า**นี้ก็เห็นแก่นของธรรมะ คือสัจธรรม**

อันนี้ถ้าเรามา "ฮึ" กันบ่อยๆ ค่อยๆทะยอยไป อุปาทานก็จะน้อยไป น้อยไป อย่างนี้แหละ ความรักนี้ฉันก็ไม่ติดใจ ความชั่วฉันก็ไม่ติดใจ อะไรๆฉันก็ไม่ติดใจทั้งนั้น อย่างนี้จึงจะเรียกว่า **ไม่เชื่ออะไรทั้งนั้น เชื่อสัจธรรมอย่างเดียว** รู้ธรรมะเท่านี้ก็พอแล้วโยม จะไปดูที่ไหนอีกเล่า

วันนี้มีโชคด้วย ได้อัดทั้งเทปภายนอกภายใน เข้าหูตรงนี้ก็อัดเข้าตรงนี้ก็ได้ เทปนั้นก็จะได้มีทั้งสองอย่าง ถ้าโยมทำไม่ได้อย่างนี้ ก็ไม่ค่อยจะดีเสียละกระมังนะ ไม่ต้องมาวัดป่าพงอีกละกระมัง นี่ข้างในก็อัด ข้างนอกก็อัด แต่ว่าเทปนี้มันไม่ค่อยสำคัญดอก **เทปในใจนั่นละมันสำคัญกว่า** เทปอันนี้มันเสื่อมได้ ซื้อมาแล้วมันก็เสื่อมได้ **เทปภายในของเรานั้นน่ะ เมื่อมันถึงใจแล้ว มันดีเหลือเกินนะโยม มันมีอยู่ตลอดเวลา** ไม่เปลืองถ่าน ไปอัดอยู่ในป่า พูดอยู่นั่นแล้วในวันในพรุ่ง ให้มันรู้อยู่อย่างนั้นแหละ มันรู้ว่ากระไร

ภาวนาพุทโธ พุทโธ ต้องรู้อย่างนั้น เข้าใจกันแล้วหรือยัง เข้าใจให้ถึงนะ ถ้ามันเข้าใจ ถ้ามันถูกอารมณ์ปุ๊ป รู้จักแล้ว ละก็หยุดเลย ฟังเข้าใจนะ ถ้ามันโกรธขึ้นมาก็ว่า "ฮึ" พอแล้ว ระงับเลย ถ้ามันยังไม่เข้าใจ ก็ติดตามเข้าไปดู ถ้ามันเข้าใจแล้ว เช่นว่าพ่อบ้านโกรธให้แม่บ้าน แม่บ้านโกรธให้พ่อบ้าน โกรธขึ้นมาในใจก็ร้อง "ฮึ" มันไม่เที่ยง

เอาละเทศน์ให้ฟังก็ขึ้นอักษร "พอ" ได้แล้วนะ ที่พอแล้วก็คือมันสบายแล้ว เรียกว่าสงบแล้ว เอาละพอนะ

อยู่เพื่ออะไร

พระโพธิญาณเถร (หลวงพ่อชา สุภัทโท)

แสดงที่วัดถ้ำแสงเพชร เดือนกันยายน ๒๕๒๔



อยู่เพื่ออะไร

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส
พุทฺธํ ธมฺมํ สงฺฆํ นมสฺสามิ
อิโต ปรํ สกฺกจฺจํ ธมฺโมโสตพฺโพติ

ขอให้ตั้งอยู่ในความสงบ รับโอวาทพอสมควร วันนี้มีทั้งคฤหัสถ์และบรรพชิตมาถวายดอกไม้ตามกาลเวลา เรื่องสักการะ เรื่องคารวะ การเคารพต่อผู้ใหญ่เป็นมงคลอันเลิศ พรรษานี้อาตมาไม่ค่อยมีเรี่ยวแรง ไม่สบาย สุขภาพไม่แข็งแรง ฉะนั้นจึงหลบมาอยู่บนภูเขานี้ ก็ได้รับอากาศบริสุทธิ์สักพรรษาหนึ่ง ญาติโยมสานุศิษย์ทั้งหลายไปเยี่ยม ก็ไม่ได้สนองศรัทธาอย่างเต็มที่ เพราะว่าเสียงมันจะหมดแล้ว ลมมันก็จะหมดแล้ว นับว่าเป็นบุญที่เป็นตัวเป็นตนมานั่งให้ญาติโยมเห็นอยู่ นี่นับว่าดีแล้ว ต่อไปก็จะไม่ได้เห็น ลมมันก็จะหมด เสียงมันก็จะหมด มันเป็นไปตามเหตุตามปัจจัยของสังขาร ที่พระผู้มีพระภาคเจ้าท่านสอนไว้ ***ขยวยํ*** คือความสิ้นไปเสื่อมไปของสังขาร

เสื่อมไปอย่างไร เปรียบให้ฟังเหมือนก้อนน้ำแข็ง แต่ก่อนมันเป็นน้ำ เขาเอามาทำให้เป็นก้อน แต่มันก็อยู่ไม่กี่วันหรอก มันก็เสื่อมไป เอาก้อนน้ำแข็งใหญ่ๆเท่าเทปนี้ไปวางไว้กลางแจ้ง จะดูความเสื่อมของก้อนน้ำแข็งก็เหมือนสังขารนี้ มันจะเสื่อมทีละน้อยละน้อย ไม่กี่นาทีไม่กี่ชั่วโมงก้อนน้ำแข็งก็จะหมดละลายเป็นน้ำไป นี่เรียกว่าเป็น ***ขยวย์*** **ความสิ้นไป ความเสื่อมไปแห่งสังขารทั้งหลาย เป็นมานานแล้ว ตั้งแต่มีโลกขึ้นมา** เราเกิดมาเราเก็บเอาสิ่งเหล่านี้มาด้วย ไม่ใช่ว่าเราทิ้งไปไหน พอเกิดเราเก็บเอาความเจ็บ ความแก่ ความตาย มาพร้อมกัน

ดังนั้นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ท่านจึงตรัสไว้ว่า ***ขยวย์*** ความสิ้นไปเสื่อมไปของสังขารทั้งหลาย เรานั่งอยู่บนศาลานี้ทั้งอุบาสกอุบาสิกา ทั้งพระทั้งเณรทั้งหมดนี้ **มีแต่ก้อนเสื่อมทั้งนั้น** นี่ที่ก้อนมันแข็งเปรียบเช่นก้อนน้ำแข็ง แต่ก่อนเป็นน้ำ พอมันเป็นก้อนน้ำแข็งแล้วมันก็เสื่อมไป เห็นความเสื่อมมันไหม ดูอาการที่มันเสื่อมซี ร่างกายของเรานี่ทุกส่วนมันเสื่อม **ผมมันก็เสื่อมไป ขนมันก็เสื่อมไป เล็บมันก็เสื่อมไป หนังมันก็เสื่อมไป อะไรทุกอย่างมันก็เสื่อมไปทั้งนั้น**

ญาติโยมทุกคนเมื่อครั้งแรกคงจะไม่เป็นอย่างนี้นะ คงจะมีตัวเล็กกว่านี้ นี่มันโตขึ้นมา มันเจริญขึ้นมา ต่อไปนี้มันก็จะเสื่อม เสื่อมไปตามธรรมชาติของมัน เสื่อมไปเหมือนก้อนน้ำแข็ง เดี๋ยวก็หมด ก้อนน้ำแข็งมันก็กลายเป็นน้ำ เรานี่ก็เหมือนกัน ทุกคนมีดิน มีน้ำ มีไฟ มีลม เมื่อมีตัวตนประกอบกันอยู่ ธาตุสี่ ดิน น้ำ ลม ไฟ ตั้งขึ้น เรียกว่าคน แต่เดิมไม่รู้ว่าเป็นอะไรหรอก เรียกว่าคน เราก็ดีอกดีใจ เป็นคนผู้ชาย เป็นคนผู้หญิง สมมติชื่อให้นายนั้นนางนี้ตามเรื่อง เพื่อเรียกตามภาษา ให้จำง่าย ใช้การงานง่าย แต่ความเป็นจริงก็ไม่มีอะไร **มีน้ำหนึ่ง ดินหนึ่ง ลมหนึ่ง ไฟหนึ่ง มาปรุงกันเข้ากลายเป็นรูป เรียกว่าคน**

โยมอย่าเพิ่งดีใจนะ ดูไปดูมาก็ไม่มีคนหรอก ที่มันแข้นแข็ง พวกเนื้อพวกหนัง พวกกระดูกทั้งหลายเหล่านี้เป็นดิน อาการที่มันเหลวๆตามสภาพร่างกายนั้นเราเรียกว่าน้ำ อาการที่มันอบอุ่นอยู่ในร่างกายเราเรียกว่าไฟ อาการที่มันพัดไปมาอยู่ในร่างกายของเรานี้ ลมพัดขึ้นเบื้องบน พัดลงเบื้องต่ำนี้ เรียกว่าลม ทั้งสี่ประการนี้มาปรุงกันเข้าเรียกว่าคน ก็ยังเป็นผู้หญิง ผู้ชายอีก จึงมีเครื่องหมายตามสมมุติของเรา

แต่อยู่ที่วัดป่าพง ที่ไม่เป็นผู้หญิง ไม่เป็นผู้ชายก็มี เป็นนะปุงสักลิงค์ ไม่ใช่อิตถีลิงค์ ไม่ใช่ปุงลิงค์ คือซากศพ ที่เขาเอาเนื้อเอาหนังออกหมดแล้ว เหลือแต่โครงกระดูก เท่านั้น เป็นซากโครงกระดูกเขาแขวนไว้ ไปดูก็ไม่เห็นว่าเป็นผู้หญิงหรือผู้ชาย ใครไปถามว่านี่เป็นผู้หญิงหรือผู้ชาย ก็ได้แต่มองหน้ากัน เพราะมันมีแต่โครงกระดูกเท่านั้น เนื้อหนังออกหมดแล้ว พวกเราทั้งหลายก็ไม่รู้ ทุกคนไปวัดป่าพง เข้าไปในศาลาก็ไปดูโครงกระดูก บางคนดูไม่ได้ วิ่งออกจากศาลาเลย กลัว....กลัวเจ้าของ อย่างนั้นเข้าใจว่าไม่เคยเห็นตัวเราเองสักที ไปกลัวกระดูก ไม่นึกถึงคุณค่าของกระดูก

เราเดินมาจากบ้าน นั่งรถมาจากบ้าน ถ้าไม่มีกระดูกจะเป็นอย่างไร จะเดินไปมาได้ไหม นั่งรถมาถึงวัดป่าพง พอลงรถเข้าศาลา ไปดูโครงกระดูก พอเห็น วิ่งออกจากศาลาเลย กลัวโครงกระดูก **คนเราไม่เคยเห็น เกิดมาพร้อมกัน ไม่เคยเห็นกัน นอนเบาะอันเดียวกัน ไม่เคยเห็นกัน** นี่แสดงว่าเราบุญมากที่มาเห็น แก่แล้ว ๕๐ ปี ๖๐ ปี ๗๐ ปี ไปนมัสการวัดป่าพงเห็นโครงกระดูก กลัว นี่อะไรไม่รู้ **แสดงว่าเราไม่คุ้นเคยเลย ไม่รู้จักตัวเราเลย กลับไปบ้านก็ยังนอนไม่หลับอยู่สามสี่วัน**

แต่ก็นอนกับโครงกระดูกนั่นแหละ ไม่ใช่นอนที่อื่นหรอก ห่มผ้าผืนเดียวกัน อะไรๆด้วยกัน นั่งบริโภคข้าวด้วยกัน แต่เราก็กลัว

นี่แสดงว่าเราห่างเหินจากตัวเรามากที่สุด น่าสงสาร ไปดูอย่างอื่น ไปดูต้นไม้ ไปดูวัตถุอื่นๆ ว่าอันนั้นโต อันนี้เล็ก อันนั้นสั้น อันนั้นยาว นี่ไปดูแต่วัตถุของอื่นนอกจากตัวเรา ไม่เคยมองดูตัวเราเลย ถ้าพูดตรงๆแล้วก็น่าสงสารมนุษย์เหมือนกัน ดังนั้นคนเราจึงขาดที่พึ่ง

อาตมาเคยบวชนาคมาหลายองค์ ***เกศา โลมา นขา ทันตา ตโจ*** นาคที่เคยเป็นนักศึกษาคงนึกหัวเราะว่า **ท่านอาจารย์เอาอะไรมาสอนนี่ เอาผมที่มันมีอยู่นานแล้วมาสอน ไม่ต้องสอนแล้ว รู้จักแล้ว เอาของที่รู้จักแล้วมาสอนทำไม** นี่คนที่มันมืดมากมันก็เป็นอย่างนี้ คิดว่าเราเห็นผม อาตมาบอกว่า คำที่ว่าเห็นผมนั้น คือเห็นตามความเป็นจริง เห็นขนก็เห็นตามความเป็นจริง เห็นเล็บ เห็นหนัง เห็นฟัน ก็เห็นตามความเป็นจริง จึงเรียกว่าเห็น ไม่ใช่ว่าเห็นอย่างผิวเผิน เห็นตามความเป็นจริงอย่างไร

เราคงจะไม่หมกมุ่นอยู่ในโลกอย่างนี้ ถ้าเห็นตามความจริง ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เป็นอย่างไรตามความเป็นจริง เป็นอย่างไร เป็นของสวยไหม เป็นของสะอาดไหม เป็นของมีแก่นสารไหม เป็นของเที่ยงไหม เปล่า...มันไม่มีอะไรหรอก ของไม่สวยแต่เราไปสำคัญว่ามันสวย ของไม่จริงไปสำคัญว่ามันจริง

อย่าง *เกศา โลมา นขา ทันตา ตโจ* คือ ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง คนเราไปติดอยู่นี่ พระพุทธองค์ท่านยกมาทั้งห้าประการนี้เป็นมูลกรรมฐาน **สอนให้รู้จักกรรมฐานทั้งห้านี้มันเป็นอนิจจัง เป็นทุกขัง เป็นอนัตตา ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตนไม่ใช่เราไม่ใช่เขา เราเกิดขึ้นมาก็หลงมัน** อันนี้เป็นของโสโครก ดูซิ คนเราไม่อาบน้ำสักสองวันสิ เข้าใกล้กันได้ไหมมันเหม็น เหงื่อออกมากๆ ไปนั่งทำงานรวมกันอย่างนี้เอาสิ เหม็นทั้งนั้นแหละ กลับไปบ้านอาบน้ำ เอาสบู่มาถูออกหายไปนิดหนึ่ง ก็หอมสบู่ขึ้นมา ได้ถูสบู่มันก็หอม ไอ้ตัวเหม็นมันก็อยู่อย่างเดิมนั่นแหละ มันยังไม่ปรากฏเท่านั้น กลิ่นสบู่มันข่มไว้ เมื่อหมดสบู่มันก็เหม็นตามเคย

อันนี้เรามักจะเห็นรูปที่นั่งอยู่นี่ นึกว่ามันสวย มันงาม มันแน่น มันหนา มันตรึงตา มันไม่แก่ มันไม่เจ็บ มันไม่ตาย หลงเพลิดเพลินอยู่ในสากลโลกนี้ ฉะนั้นจึงไม่รู้จักพึ่งตนเอง

ตัวที่พึ่งของเราคือตัวใจ
ใจของเราเป็นที่พึ่งจริงๆ

ศาลาหลังนี้มันใหญ่ ก็ไม่ใช่ที่พึ่ง มันเป็นที่อาศัยชั่วคราว นกพิราบมันก็มาอาศัยอยู่ ตุ๊กแกมันก็มาอาศัยอยู่ จิ้งเหลนนี้มันก็มาอาศัยอยู่ ทุกสิ่งทุกอย่างมาอาศัยอยู่ได้ เราก็นึกว่าของเรา มันไม่ใช่ของเราหรอก มันอยู่ด้วยกัน หนูมันก็มาอยู่สารพัดอย่าง

นี่เรียกว่าที่อาศัยชั่วคราว เดี๋ยวก็หนีไป จากไป เราก็นึกว่าอันนี้เป็นที่พึ่งของเรา คนมีบ้านหลังเล็กๆ ก็เป็นทุกข์เพราะบ้านมันเล็ก มีบ้านหลังใหญ่ๆก็เป็นทุกข์เพราะกวาดไม่ไหว ตอนเช้าก็บ่น ตอนเย็นก็บ่น จับอะไรวางตรงไหนก็ไม่ค่อยได้เก็บ คุณหญิงคุณนายนี่จึงเป็นโรคประสาทกันเป็นทุกข์

ฉะนั้นพระพุทธองค์จึงให้หาที่พึ่ง คือหาใจของเรา ใจของเราเป็นสิ่งสำคัญ โดยมากคนเราไม่ค่อยมองดูในสิ่งที่สำคัญ ไปมองดูที่อื่นที่ไม่สำคัญ เป็นต้นว่ากวาดบ้าน ล้างจานก็มุ่งความสะอาด ล้างถ้วยล้างจานให้มันสะอาด ทุกสิ่งทุกอย่างมุ่งความสะอาด แต่ใจเจ้าของไม่เคยมุ่งเลย ใจของเรามันเน่า บางทีก็โกรธหน้าบูดหน้าบึ้งอยู่นั่นแหละ ก็ไปมุ่งแต่จานให้จานมันสะอาด ใจของเราไม่สะอาด เท่าไรก็ไม่มองดู นี่เราขาดที่พึ่ง เอาแต่ที่อาศัย แต่งบ้านแต่งช่อง แต่งอะไรสารพัดอย่าง แต่ใจของเราไม่ค่อยจะแต่งกัน ทุกข์ไม่ค่อยจะมองดูมัน

ใจนี่แหละเป็นสิ่งสำคัญ ดังนั้นพระพุทธองค์ท่านจึงพูดว่า ให้หาที่พึ่งทางใจ *อัตตาหิ อัตตโนนาโถ* ใครจะเป็นที่พึ่งได้ ที่เป็นที่พึ่งที่แน่นอนก็คือใจของเรานี่เอง ไม่ใช่สิ่งอื่น พึ่งสิ่งอื่นก็พึ่งได้ แต่ไม่ใช่ของที่แน่นอน เราจะพึ่งสิ่งอื่นได้ก็เพราะเราพึ่งตัวของเรา เราต้องมีที่พึ่งก่อน จะพึ่งอาจารย์ พึ่งญาติมิตรสหายทั้งหลาย จะพึ่งได้ดีนั้น เราต้องทำตัวของเราเป็นที่พึ่งให้ได้เสียก่อน

ดังนั้นวันนี้ที่มากราบนมัสการ ทั้งคฤหัสถ์และบรรพชิต ขอให้รับโอวาทนี้ไปพินิจพิจารณา เราทุกคนให้นึกเสมอว่า **เราคืออะไร เราเกิดมาทำไม** นี่ถามปัญหาเจ้าของอยู่เสมอว่า **เราเกิดมาทำไม ให้ถามเสมอ** บางคนไม่รู้นะ แต่อยากได้ความสุขใจ มันทุกข์ไม่หาย รวยก็ทุกข์ จนก็ทุกข์ เป็นเด็กเป็นคนโตก็ทุกข์ ทุกข์หมดทุกอย่าง เพราะอะไร เพราะว่ามันขาดปัญญา เป็นคนจนก็ทุกข์เพราะมันจน เป็นคนรวยก็ทุกข์เพราะมันรวยมาก ของมากๆรักษาคนเดียว

ในสมัยก่อนอาตมาเคยเป็นสามเณร เคยเทศน์ให้โยมฟัง ครูบาอาจารย์ท่านให้เทศน์ พูดถึงความร่ำรวยในการมีทาส ให้มีทาสสักร้อย ผู้หญิงก็ให้ได้สักร้อยหนึ่ง ผู้ชายก็ร้อยหนึ่ง มีช้างก็ร้อยหนึ่ง มีวัวก็ร้อยหนึ่ง มีควายก็ร้อยหนึ่ง มีแต่สิ่งละร้อยละร้อยทั้งนั้น ญาติโยมได้ฟังแล้วก็สบายใจ ให้โยมไปเลี้ยงควายสักร้อยหนึ่งเอาไหม เอาควายร้อยหนึ่ง เอาวัวร้อยหนึ่ง มีทาสผู้หญิงผู้ชายอย่างละร้อย ให้โยมรักษาคนเดียวจะดีไหม นี่ไม่คิด ดูแต่ความอยากมีวัว มีควาย มีช้าง มีม้า มีทาส สิ่งละร้อยละร้อย น่าฟัง อุ๊ย! อิ่มใจเหลือเกิน มันสบายนะ แต่อาตมาเห็นว่าได้สักห้าสิบตัวก็พอแล้ว แค่ฟั่นเชือกเท่านั้นก็เต็มทีแล้ว อันนี้โยมไม่คิด คิดแต่ได้ ไม่คิดถึงว่ามันจะยากจะลำบาก

สิ่งทั้งหลายที่มีอยู่ในตัวเรานี้ ถ้าเราไม่มีปัญญา จะทำให้เราทุกข์นะ ถ้าเรามีปัญญานำออกจากทุกข์ได้ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ตาไม่ใช่ของดีนะ ถ้าเราใจไม่ดี ไปมองคนบางคน ไปเกลียดเขาอีกแล้ว มานอนเป็นทุกข์อีกแล้ว ไปมองดูคนบางคนรักเขาอีกแล้ว รักเป็นทุกข์อีกแล้ว มันไม่ได้ก็เป็นทุกข์ เกลียดก็เป็นทุกข์ รักก็เป็นทุกข์ เพราะมันอยากได้ อยากได้ก็เป็นทุกข์ ไม่อยากได้ก็เป็นทุกข์ ของที่ไม่ชอบใจอยากทิ้งมันไป อยากได้ของที่ชอบใจเข้ามา มันก็ทุกข์ ของที่ชอบใจได้มาแล้ว กลัวมันจะหายอีกแล้ว มันเป็นทุกข์ทั้งนั้น ไม่รู้ว่าจะอยู่อย่างไร บ้านหลังใหญ่ๆขนาดนี้ ก็นึกว่าจะให้มันสบายขึ้น เก็บความสบาย เก็บความดีไว้ในนี้ ถ้าคิดไม่ดีมันก็ไปไม่ได้ทั้งนั้นแหละ

ดังนั้นญาติโยมทั้งหลายจงมองดูตัวของเรา ว่าเราเกิดมาทำไม เราเคยได้อะไรไว้ไหม อาตมาเคยรวมคนแก่ เอาคนแก่อายุเลย ๘๐ ปีขึ้นไปแล้วมาอยู่รวมกัน อาชีพทำนาตามบ้านนอกของเราทำนามาตั้งแต่โน้น เกิดมาได้ ๑๗ - ๑๘ ปี ก็รีบแต่งงานกลัวจะไม่รวย ทำงานตั้งแต่เล็กๆ ให้มันรวย ทำนาจน ๗๐ ปีก็มี ๘๐ ปีก็มี ๙๐ ปีก็มี ที่มานั่งรวมกันฟังธรรม

“โยม” อาตมาถาม “โยมจะเอาอะไรไปไหมนี่”

“เกิดมาก็ทำอยู่จนเดี๋ยวนี้แหละ ผลที่สุดจะไป จะได้อะไรไปไหม”

ไม่รู้จัก ตอบได้แต่ว่า “จังว่า”

จังว่านี่ตามภาษาเขาว่า กินลูกหว้า เพลินกับลูกหว้า มันจะเสียเวลา เพราะจังว่านี่แหละ จะไปก็ไม่ไป จะอยู่ก็ไม่อยู่ มันอยู่ที่จังว่า นั่งอยู่ก้างๆอยู่ง่า นั่งอยู่คาคบนั่นแล้ว มีแต่จังว่าๆ

ตอนยังหนุ่มๆ ครั้งแรกอยู่คนเดียว เข้าใจว่าเป็นโสดไม่สบาย หาคู่ครองเรือนมันจะสบาย เลยหาคู่ครองมาครองเรือนให้ เอาของสองอย่างมารวมกันมันก็กระทบกันอยู่แล้ว อยู่คนเดียวมันเงียบเกินไป ไม่สบาย แล้วเอาคนสองคนมาอยู่ด้วยกัน มันก็กระทบกัน ก๊อกๆแก๊กๆ นั่นแหละ ลูกเกิดมาครั้งแรกตัวเล็กๆ พ่อแม่ก็ตั้งใจว่า ลูกเราเมื่อมันโตขึ้นมาขนาดหนึ่ง เราก็สบายหรอก ก็เลี้ยงมันไป สามคนสี่คนห้าคน นึกว่ามันโตเราจะสบาย เมื่อมันโตมาแล้วมันยิ่งหนักเหมือนกับแบกท่อนไม้ อันหนึ่งเล็ก อันหนึ่งใหญ่ ทิ้งท่อนเล็กแล้วแบกเอาท่อนใหญ่ นึกว่ามันจะเบาก็ยิ่งหนัก

ลูกเราตอนเด็กๆมันไม่กวนเท่าไรหรอกโยม มันกวนถามกินข้าวกับกล้วย เมื่อมันโตขึ้นมานี่มันถามเอารถมอเตอร์ไซด์ มันถามเอารถเก๋ง เอาล่ะความรักลูกจะปฏิเสธไม่ได้ ก็พยายามหา มันก็เป็นทุกข์ ถ้าไม่ให้มันก็เป็นลูก บางทีพ่อแม่ทะเลาะกัน "อย่าพึ่งไปซื้อให้มันเลยรถนี่ มันยังไม่มีเงิน" แต่ความรักลูกก็ต้องไปกู้คนอื่นมา เห็นอะไรก็อยากซื้อมากิน แต่ก็อด กลัวมันจะหมดเปลืองหลายอย่าง

ต่อมาก็มีการศึกษาเล่าเรียน "ถ้ามันเรียนจบเราก็จะสบายหรอก" เรียนมันจบไม่เป็นหรอก มันจะจบอะไร เรียนไม่มีจบหรอก ทางพุทธศาสนานี่เรียนจบ ศาสตร์อื่นนอกนั้นมันเรียนต่อไปเรื่อยๆ เรียนไม่จบ เอาไปเอามาก็เลยวุ่นเท่านั้นแหละ บ้านหนึ่งเรียน ๔ คน ๕ คน ตาย! พ่อแม่ทะเลาะกันไม่มีวันเว้นละ อย่างนั้น ไอ้ความทุกข์มันเกิดมาภายหลังเราไม่เห็น นึกว่ามันจะไม่เป็นอย่างนั้น เมื่อมันมาถึงเข้าแล้วจึงรู้ว่า โอ! มันเป็นทุกข์ ทุกข์อย่างนั้น จึงมองเห็นยาก

ทุกข์ในตัวของเรานะโยม พูดตามประสาบ้านนอกเราเรื่องฟันของเรานะโยม ตอนไปเลี้ยงวัวเลี้ยงควาย ขี้ถ่านไฟ

ก็ยังเอามาถูฟันให้มันขาว ไปถึงบ้านก็ไปยิงฟันใส่กระจกนึกว่ามันขาว ถูฟันแล้วนี่ **ไปชอบกระดูกของเจ้าของ ไม่รู้เรื่อง** พออายุถึง ๕๐ - ๖๐ ปี ฟันมันโยก เออ! เอาซิฟันโยก มันจะร้องไห้ กินข้าวน้ำตามันก็ไหล เหมือนกับถูกศอกถูกเข่าเขาอยู่ทุกเวลา ฟันมันเจ็บ มันปวด มันทุกข์มันยากมันลำบาก นี่อาตมาผ่านมาแล้วเรื่องนี้ ถอนออกหมดเลย ในปากนี้เป็นฟันปลอมทั้งนั้น มันโยก ไม่สบายอยู่ ๑๖ ซี่ ถอนทีเดียวหมดเลย เจ็บใจมัน หมอไม่กล้าถอนแน่ะตั้ง ๑๖ ซี่ "หมอถอนมันเถอะ เป็นตายอาตมาจะรับเอาหรอก" ถอนมันออกทีเดียวพร้อมกัน ๑๖ ซี่ ที่มันยังแน่นๆตั้งหลายซี่ ตั้ง ๕ ซี่ถอนออกเลย แต่ว่าเต็มทีนะ ถอนออกหมดแล้วไม่ได้ฉันข้าวอยู่ ๒ - ๓ วัน นี่เป็นเรื่องทุกข์

อาตมาคิดแต่ก่อนนะ ตอนไปเลี้ยงวัวเลี้ยงควาย เอาถ่านไฟมาถูมันให้ขาว รักมันมากเหลือเกิน นึกว่ามันเป็นของดี ผลที่สุดมันจะหนีจากเรา จึงเกือบตาย เจ็บฟันนี้มาตั้งหลายเดือนตั้งหลายปี บางทีมันบวมทั้งข้างล่างข้างบน หมดท่าเลยโยม อันนี้คงจะเจอกันทุกคนหรอก พวกที่ฟันไม่โยก เอาแปรงไปแปรงให้มันสะอาด สวยงามอยู่นั่นแหละ ระวังนะ ระวังมัน

จะเล่นงานเราเมื่อสุดท้าย ไอ้ซี่ยาวซี่มันสั้นสลับกันอยู่อย่างนี้ ทุกข์มากโยม อันนี้ทุกข์มากจริงๆ

อันนี้บอกไว้หรอก บางทีจะไปเจอเอาทุกข์ เพราะความทุกข์ในตัวของเรานี้ ทุกข์ในตัวเรา จะหาที่พึ่งอะไรมันไม่มี แต่มันค่อยยังชั่วเมื่อเรายังหนุ่ม มันแก่มาแล้วมันก็เริ่มพัง มันช่วยกันพัง สังขารมันเป็นไปตามเรื่องของมัน เราจะร้องไห้มันก็อยู่อย่างนี้ จะดีใจมันก็อยู่อย่างนี้ เราจะเป็นอะไรมันก็อยู่ของมันอย่างนี้ เราจะเจ็บจะปวดจะเป็นจะตายมันก็อยู่อย่างนั้น เพราะมันเป็นอย่างนั้น นี่มันหมดความรู้หมดวิชา เอาหมอฟันมาดูฟัน ถึงแก้ไขแล้วยังไง ก็ยังเป็นอยู่อย่างนั้น ต่อไปหมอฟันเองก็เป็นเหมือนเราอีก ไปไม่ไหวอีกแล้ว ทุกอย่างมันก็พังไปด้วยกันทั้งหมด นี้เป็นความจำเป็นที่เราจะต้องรีบพิจารณา

เมื่อมีกำลังเรี่ยวแรงก็รีบทำ จะทำบุญสุนทาน จะทำอะไรก็รีบจัดทำกัน แต่ว่าคนเราก็มักจะไปมอบให้แต่คนแก่ จะเข้าวัดศึกษาธรรมะรอให้แก่เสียก่อน โยมผู้หญิงก็เหมือนกัน โยมผู้ชายก็เหมือนกัน ให้แก่เสียก่อนเถอะ ไม่รู้ว่าอะไรกัน คนแก่นี่มันกำลังดีไหม ลองไปวิ่งแข่งกับคนหนุ่มดูซิ ทำไมจะต้อง

ไปมอบให้คนแก่ เหมือนไม่รู้จักตาย พอแก่มาสัก ๕๐ ปี ๖๐ ปี จวนเข้าวัดอยู่แล้ว หูตึงเสียแล้ว ความจำก็ไม่ดีเสียแล้ว นั่งก็ไม่ทน **"ยายไปวัดเถอะ" "โอย หูฉันไม่ดีแล้ว"** นั่นเห็นไหม ตอนหูดีเอาไปฟังอะไรอยู่ จังว่า จังว่า มันคาแต่ลูกหว้าอยู่นั่นแหละ จนหูมันหนวกเสียแล้วจึงไปวัด มันก็ไปไม่ได้ นั่งฟังท่านเทศน์ เทศน์อะไรไม่รู้เรื่อง มันหมดแล้ว จึงมาทำกัน

ดังนั้น วันนี้คงจะได้ประโยชน์กับบุคคลที่สนใจเป็นบางสิ่งบางอย่าง ที่ควรเก็บไว้ในใจของเรา สิ่งทั้งหลายนี่เป็นมรดกของเราทั้งนั้น มันจะรวมมา รวมมาให้เราแบก ทั้งนั้นแหละ ขานี่เป็นสิ่งที่วิ่งได้มาแต่ก่อน **อย่างขาอาตมานี่จะเดินมันก็หนัก สกลร่างกายจะต้องแบกมัน แต่ก่อนนั้นมันแบกเรา บัดนี้เราแบกมัน** ลุกขึ้นก็ "โอ๊ย" สมัยเป็นเด็กเห็นคนแก่ๆ ลุกขึ้นก็ "โอ๊ย" นั่งลงก็ "โอ๊ย" ที่โอ๊ยๆ ยังไม่ยอมนะขนาดนี้นะ นั่งก็ "โอ๊ย" ลุกขึ้นก็ "โอ๊ย" "โอ๊ย" ทั้งนั้นแหละ ไม่รู้อะไรทำให้เราไม่รู้เรื่อง มีแต่ "โอ๊ยๆ" ทั้งนั้น

มันทุกข์ถึงขนาดนั้นเรายังไม่เห็นโทษมัน เมื่อจะหนีจากมันเราไม่รู้จัก ที่ทำเจ็บทำปวดขึ้นมานี่ เรียกว่าสังขาร

มันเป็นไปตามเรื่องของมัน ที่มันเป็น มันเป็นประดง ประดงไฟ ประดงข้อ ประดงงอ ประดงจิปาถะหมด เอายามาใส่ก็ไม่ถูก ผลที่สุดก็พังไปทั้งหมดอีก **คือสังขารมันเสื่อม มันเป็นไปตามสภาพของมัน มันจะเป็นของมันอยู่อย่างนั้น อันนี้เป็นเรื่องธรรมชาติมัน** ฉะนั้นให้ญาติพี่น้องให้พากันเห็น ถ้าเห็นแล้วก็จะไม่เป็นอะไร อย่างงูอสรพิษตัวร้ายๆ มันเลื้อยมา เราเห็น เราเห็นมันก่อนก็หนี มันไม่ได้กัดเราหรอก เพราะเราได้ระวังมัน ถ้าเราไม่เห็นมัน เดินๆไปไม่เห็นก็ไปเหยียบมัน เดี๋ยวมันก็กัดเลย

ถ้ามันทุกข์แล้วไม่รู้จะไปฟ้องใคร ถ้าทุกข์เกิดขึ้นจะไปแก้ตรงไหน คืออยากแต่ว่าไม่ให้มันทุกข์เฉยๆเท่านั้น อยากไม่ให้มันทุกข์ แต่ไม่รู้จักทางแก้ไขมัน แล้วก็อยู่ไปอยู่ไปจนถึงวันแก่ วันเจ็บ แล้วก็วันตาย

คนโบราณบางคนเขาว่า เมื่อมันเจ็บมันไข้จวนลมหายใจจะขาด ให้ค่อยๆเข้าไปกระซิบใกล้หูคนไข้ว่า พุทโธ พุทโธ พุทโธ มันจะเอาอะไรพุทโธนั่นนะ **คนที่ใกล้จะนอนในกองไฟจะรู้จักพุทโธอะไร** ตั้งแต่ยังเป็นหนุ่มเป็นสาวอายุรุ่นๆทำไม

ไม่เรียนพุทโธให้มันรู้ หายใจติดบ้างไม่ติดบ้าง "แม่ๆ พุทโธ พุทโธ" ว่าให้มันเหนื่อยทำไม อย่าไปว่าเลย มันหลายเรื่อง เอาได้แค่นั้นก็สบายแล้ว

โยมชอบเอาแต่ต้นกับปลายมัน ตรงกลางไม่เอาหรอก ชอบแต่อย่างนั้น บริวารพวกเราทั้งหลายก็ชอบอย่างนั้น ทั้งญาติโยม ทั้งพระทั้งเณรชอบแต่ทำอย่างนั้น **ไม่รู้จักแก้ไขภายในจิตของเจ้าของ ไม่รู้จักที่พึ่ง แล้วก็โกรธง่ายและก็อยากหลายด้วย** ทำไม คือ คนที่ไม่มีที่พึ่งทางใจ อยู่เป็นฆราวาสครอบครัว อายุก็ ๒๐ - ๓๐ - ๔๐ ปี กำลังแรงดีอยู่ พ่อบ้านแม่บ้านทั้งหลายก็พอพูดกันรู้เรื่องกันหน่อย นี่ ๕๐ ปี ขึ้นไปแล้วพูดกันไม่รู้เรื่องกันแล้ว เดี๋ยวก็นั่งหันหลังให้กันหรอก แม่บ้านพูดไปพ่อบ้านทนไม่ได้ พ่อบ้านพูดไปแม่บ้านฟังไม่ได้ เลยแยกกัน หันหลังให้กัน คนนั้นพร้อมลูกชายคนนี้ คนนี้พร้อมลูกหญิงคนนั้น เลยแตกกันเลย

เรื่องนี้อาตมาเล่าไปหรอก ไม่เคยมีครอบครัว ทำไมไม่มีครอบครัว คืออ่านคำว่าครอบครัวมันก็รู้แล้ว **ครอบครัวคืออะไร** ครอบมันก็คืออย่างนี้ ถ้าเรานั่งอยู่เฉยๆก็เอาอะไร

มาครอบลงนี้จะเป็นอย่างไร เรานั่งอยู่ไม่มีอะไรมาครอบมันก็พอทนได้ ถ้าเอาอะไรมาครอบลงก็เรียกว่าครอบแล้ว มันเป็นอย่างไร ครอบก็เป็นอย่างนั้น มันมีวงจำกัดแล้ว ผู้ชายก็อยู่ในวงจำกัด ผู้หญิงก็อยู่ในวงจำกัดแล้ว โอย...หนัก

อาตมาไปอ่านแล้ว **ครอบครัว** โอย...หนัก ศัพท์ตายนี่คำนี้ ไม่ใช่ศัพท์เล่นๆ ศัพท์ที่ว่า **ครอบ** นี้ ศัพท์ทุกข์ ไปไม่ได้ มันมีจำกัดแล้ว ต่อไปอีก **ครัว** ก็หมายถึงการก่อกวนแล้ว ทิ่มแทงแล้ว โยมผู้หญิงเคยเข้าครัว เคยโขลกพริกคั่วพริกแห้งไหม ไอ จามทั้งบ้านเลย ศัพท์ **ครอบครัว** มันวุ่นไม่น่าอยู่หรอก อาตมาอาศัยสองศัพท์นี่แหละจึงบวชไม่สึก

ครอบครัวนี่น่ากลัว ขังไว้ จะไปไหนก็ไม่ได้ ลำบากเรื่องลูกบ้าง เรื่องเงินเรื่องทองบ้าง สารพัดอย่างอยู่ในนั้น ไม่รู้จะไปที่ไหน มันผูกไว้แล้ว ลูกผู้หญิงก็มี ลูกผู้ชายก็มี มันวุ่นวาย เถียงกันอยู่นั่นแหละจนตาย ไม่ต้องไปไหนกันละ เจ็บใจขนาดไหนก็ไม่ว่า น้ำตามันไหลออกก็ไหลอยู่นั่นแหละเออ น้ำตามันไม่หมดนะโยม ครอบครัวนี่นะ ถ้าไม่มีครอบครัวน้ำตามันหมดเป็น ถ้ามีครอบครัวน้ำตามันหมดยาก หมดไม่ได้

โยมเห็นไหม มันบีบออกเหมือนบีบอ้อย ตาแห้งๆก็บีบออกให้เป็นน้ำไหลออกมา ไม่รู้มันมาจากไหน มันเจ็บใจ แค้นใจสารพัดอย่าง มันทุกข์ **เลยรวมทุกข์บีบออกมาเป็นน้ำทุกข์**

อันนี้ให้โยมทั้งหลายเข้าใจ ถ้ายังไม่ผ่าน มันจะผ่านอยู่ข้างหน้า บางคนอาจจะผ่านมาบ้างแล้วเล็กๆน้อยๆ บางคนก็เต็มที่แล้ว "จะอยู่หรือจะไปหนอ" โยมผู้หญิงเคยมาหาหลวงพ่อ "หลวงพ่อ แหม ถ้าดิฉันไม่มีบุตร ดิฉันจะไปแล้ว" "เออ อยู่นั่นแหละ **เรียน** ให้จบเสียก่อน" เรียนตรงนั้น อยากจะไปก็อยากจะไป ไม่อยากจะอยู่ ถึงขนาดนั้นก็ยังหนีไม่ได้

อยู่วัดป่าพงสร้างกุฏิเล็กๆไว้ตั้ง ๗๐ - ๘๐ หลัง บางทีจะมีพระเณรมาอยู่บรรจุเต็ม บางทีก็มีเหลือ ๒ - ๓ หลัง อาตมาถามว่า "กุฏิเรายังเหลือว่างไหม?" พวกชีบอก "มีบ้าง ๒ - ๓ หลัง" "เออ เก็บเอาไว้เถอะ บางทีพ่อบ้านแม่บ้านเขาทะเลาะกัน เอาไว้ให้เขามานอนสักหน่อย"

แน่ะมาแล้ว โยมผู้หญิงสะพายของมาแล้ว ถามว่า "โยมมาจากไหน?" "มากราบหลวงพ่อ ดิฉันเบื่อโลก" "โอย! อย่าว่าเลย อาตมากลัวเหลือเกิน" พอผู้ชายมาบ้าง ก็เบื่ออีก

แล้ว นั่นมาอยู่ ๒ - ๓ วันก็หายเบื่อไปแล้ว โยมผู้หญิงมาก็เบื่อ โกหกเจ้าของ โยมผู้ชายมาก็เบื่อ โกหกเจ้าของ ไปนั่งอยู่กุฏิเล็กๆ เงียบๆ คิดแล้ว "เมื่อไหร่หนอแม่บ้านจะมาเรียกเรากลับ" "เมื่อไหร่หนอพ่อบ้านจะมาเรียกเรากลับ"

แน่ะไม่รู้อะไร มันเบื่ออะไรกัน มันโกรธแล้วมันก็เบื่อแล้วก็กลับอีก เมื่ออยู่ในบ้านผิดทั้งนั้นน่ะ พ่อบ้านผิดทั้งนั้นแม่บ้านผิดทั้งนั้น มานั่งภาวนาได้ ๓ วัน "เออ! แม่บ้านเขาถูกเรามันผิด" "พ่อบ้านเขาถูก เราซิผิด" แน่ะมันจะกลับเปลี่ยนเอาเองของมันอย่างนั้น ก็กลับไปเลยทั้งนั้นแหละ นี้ความจริงมันเป็นอย่างนั้นนะโลกนี้ อาตมาจึงไม่วุ่นวายอะไรมันมาก รู้ต้นรู้ปลายมันแล้ว ฉะนั้นจึงมาบวชอยู่อย่างนี้

วันนี้ขอฝากให้เป็นการบ้าน เอาไปทำการบ้าน จะทำไร่ ทำนา ทำสวน ให้เอาคำหลวงพ่อมาพิจารณาว่า **เราเกิดมาทำไม** เอาย่อๆว่าเกิดมาทำไม มีอะไรเอาไปได้ไหม **ถามเรื่อยๆนะ** ถ้าใครถามอย่างนี้บ่อยๆ มีปัญญานะ ถ้าใครไม่ถามเจ้าของอย่างนี้ โง่ทั้งนั้นแหละเข้าใจไหม

บางทีฟังธรรมวันนี้แล้วกลับไปถึงบ้าน จะพบเย็นนี้ก็ได้ ไม่นานนะ มันเกิดขึ้นทุกวัน เราฟังธรรมอยู่มันเงียบ บางทีมันรออยู่ที่รถ เมื่อเราขึ้นรถมันก็ขึ้นรถไปด้วย ถึงบ้านมันก็แสดงอาการออกมา อ้อ หลวงพ่อท่านสอนไว้จริงของท่านละมังนี่ ตาไม่ดีไม่เห็นนะ

เอาละวันนี้เทศน์มากก็เหนื่อย นั่งมามากก็เหนื่อย สังขารร่างกายนี้

บ้านที่แท้จริง

พระโพธิญาณเถร (หลวงพ่อชา สุภัทโท)

แสดงแก่คุณแม่สงวน เจนพาณิชย์   ขณะที่กำลังป่วยอยู่



บ้านที่แท้จริง

บัดนี้ขอให้โยมยายจงตั้งใจฟังธรรมะ ซึ่งเป็นโอวาทของององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า โดยเคารพต่อไป

ให้โยมตั้งใจว่า ในเวลานี้ ปัจจุบันนี้ ซึ่งอาตมาจะได้ให้ธรรมะ ให้โยมตั้งใจเสมือนว่า พระพุทธเจ้าของเรานั้นตั้งอยู่ในที่เฉพาะหน้าของโยม จงตั้งใจให้ดี กำหนดจิตให้เป็นหนึ่ง หลับตาให้สบาย น้อมเอาพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ มาไว้ที่ใจ เพื่อเป็นการแสดงความเคารพต่อองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า

บัดนี้ อาตมาไม่มีอะไรฝากโยมด้วยสิ่งของที่จะเป็นแก่นเป็นสาร นอกจากธรรมะคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าเท่านั้น และเป็นของฝากที่เป็นชิ้นสุดท้าย ขอให้โยมจงตั้งใจรับ

ให้โยมทำความเข้าใจว่า พระพุทธเจ้าของเรานั้น ถึงแม้จะเป็นผู้มีบุญวาสนาบารมีมาก ก็จะหลีกหนีความทุพพลภาพไปไม่ได้ อายุถึงวัยนี้แล้ว พระผู้มีพระภาคเจ้าของเราท่านก็ปลง ปลงอายุสังขาร

คำว่า ปลง นี้ ก็คือว่าให้ปล่อยวาง อย่าไปหอบไว้ **อย่าไปหิ้วไว้ อย่าไปแบกไว้** ให้โยมยอมรับเสียว่า สังขารร่างกายนี้ ถึงแม้ว่ามันจะเป็นอย่างไรๆก็ตามมันเถอะ เราก็ได้อาศัยสกลร่างกายนี้มาตั้งแต่กำเนิดขึ้นมา จนถึงวัยเฒ่าแก่ป่านนี้ ก็พอแล้ว

ก็เปรียบประหนึ่งว่า เครื่องใช้ไม้สอยของเราต่างๆที่อยู่ในบ้าน ซึ่งเราเก็บกำไว้นานแล้ว เช่นถ้วยโถโอจาน บ้านช่องของเรานี้ เบื้องแรกมันก็สดใสใหม่สะอาดดี เมื่อเราใช้มันมาจนบัดนี้ มันก็ทรุดโทรมไป บางวัตถุก็แตกไปบ้างหายไปบ้าง ชิ้นที่มันเหลืออยู่นี้ ก็แปรไปเปลี่ยนไป ไม่คงที่ มันก็เป็นอย่างนั้น

ถึงแม้ว่าอวัยวะร่างกายของเรานี้ก็เหมือนกัน ตั้งแต่เริ่มเกิดมาเป็นเด็ก เป็นหนุ่ม มันก็แปรมาเปลี่ยนมาเรื่อยๆมาจนถึงบัดนี้แล้วก็เรียกว่า "แก่" นี้คือให้เรายอมรับเสีย พระพุทธองค์ท่านตรัสว่า **สังขารนี้ไม่ใช่ตัวของเรา ทั้งในตัวเรานี้ก็ดี กายเรานี้ก็ดี นอกกายนี้ก็ดี มันเปลี่ยนไปอยู่อย่างนั้น** ให้โยมพินิจพิจารณาดูให้มันชัดเจน

อันนี้แหละ ทั้งก้อนที่เรานั่งอยู่นี้ ที่เรานอนอยู่นี้ ที่มันกำลังทรุดโทรมอยู่นี้ นี้แหละมันคือสัจจธรรม สัจจธรรมคือความจริง ความจริงอันนี้เป็นสัจจธรรม เป็นคำสอนของพระพุทธเจ้าที่แน่นอน เพราะฉะนั้นท่านจึงให้มองมัน ให้พิจารณามัน ให้ยอมรับมันเสีย มันก็เป็นสิ่งที่ควรจะยอมรับ ถึงแม้ว่ามันจะเป็นอย่างไร อะไร ก็ตามทีเถอะ

พระพุทธองค์ท่านก็สอนว่า เมื่อเราถูกคุมขังในตะรางก็ดี ก็ให้ถูกคุมขังเฉพาะกายอันนี้เท่านั้น แต่ใจอย่าให้ถูกขัง อันนี้ก็เหมือนกันฉันนั้น

เมื่อร่างกายมันทรุดโทรมไปตามวัย โยมก็ยอมรับเสีย ให้มันทรุดไป ให้มันโทรมไป เฉพาะร่างกายเท่านั้น เรื่องจิตใจนั้นเป็นคนละอย่างกัน ก็ทำจิตให้มีกำลัง ให้มีพลัง เพราะเราเข้าไปเห็นธรรมว่า

สิ่งทั้งหลายเหล่านั้นมันก็เป็นอย่างนั้น
มันต้องเป็นอย่างนั้น

พระพุทธองค์ท่านก็สอนว่า ร่างกายจิตใจนี้มันก็เป็นอยู่อย่างนั้น มันจะเป็นของมันอยู่อย่างนั้น มันจะไม่เป็นไปอย่างอื่น คือเริ่มเกิดขึ้นมาแล้วก็แก่ แก่มาแล้วก็เจ็บ เจ็บมาแล้วก็ตาย อันนี้เป็นความจริงเหลือเกิน ซึ่งคุณยายก็พบอยู่ในปัจจุบันนี้ มันก็เป็นสัจจธรรมอยู่แล้ว ก็มองดูมันด้วยปัญญา ให้เห็นมันเสียเท่านั้น

ถึงแม้ว่าไฟมันจะมาไหม้บ้านของเราก็ตาม ถึงแม้ว่าน้ำมันจะท่วมบ้านของเราก็ตาม ถึงแม้ว่าภัยอะไรต่างๆมันจะมาเป็นอันตรายต่อบ้านต่อเรือนของเราก็ตาม **ก็ให้มันเป็นเฉพาะบ้านเฉพาะเรือน ถ้าไฟมันไหม้ก็อย่าให้มันไหม้หัวใจเรา ถ้าน้ำมันท่วมก็อย่าให้มันท่วมหัวใจเรา ให้มันท่วมแต่บ้าน ให้มันไหม้แต่บ้าน** ซึ่งเป็นสิ่งที่อยู่นอกกายของเรา **ส่วนจิตใจของเรานั้นให้มันมีการปล่อยวาง** เพราะในเวลานี้มันก็สมควรแล้ว มันสมควรที่จะปล่อยแล้ว

ที่โยมเกิดมานี้ก็นานแล้วใช่ไหม ตาก็ได้ดูรูปสีแสงต่างๆ ตลอดหมดแล้ว ทั้งอวัยวะทุกชิ้นทุกส่วน หูก็ได้ฟังเสียงอะไรทุกๆอย่างหมดแล้ว อะไรทุกอย่างก็ได้รับมามากๆทั้งนั้นแหละ

และมันก็เท่านั้นแหละ จะรับประทานอาหารที่อร่อยๆมันก็เท่านั้น รับประทานสิ่งที่ไม่อร่อยมันก็เท่านั้น ตาจะดูรูปสวยๆ มันก็เท่านั้น หรือดูรูปที่ไม่สวยมันก็เท่านั้น หูได้ฟังเสียงที่ไพเราะๆจับอกจับใจมันก็เท่านั้น จะได้ฟังเสียงที่ไม่ไพเราะ มันก็เท่านั้นแหละ

เพราะฉะนั้นพระพุทธเจ้าท่านจึงบอกว่า ทั้งคนร่ำรวย ทั้งคนยากจน ทั้งผู้ใหญ่ ทั้งเด็ก ตลอดทั้งเดียรัจฉาน ทั้งหมดด้วย ซึ่งเกิดขึ้นมาในสกลโลกอันนี้ มันไม่มีอะไรจะยั่งยืน จะต้องผลัดไปเปลี่ยนไป ตามสภาวะของมัน

อันนี้เป็นสภาวะความจริงที่เราจะแก้ไขอย่างไรๆ เพื่อจะให้มันไม่เป็นอย่างนั้นไม่ได้ แต่ก็มีทางแก้ไขอยู่ว่า พระพุทธองค์ท่านให้**พิจารณาสังขารร่างกายนี้ที่เดียวเท่านั้น ให้พิจารณาจิตใจนี้ด้วยว่า ทั้งสองอย่างนี้มันไม่ใช่ของเรา ไม่ใช่เรา มันเป็นของสมมุติ** เช่นว่าบ้านของคุณยายนี้ก็เป็นของสมมุติว่า เป็นของคุณยายเท่านั้น จะเอาติดตามไปที่ไหนก็ไม่ได้ สมบัติพัสถานมันสมมุติว่าเป็นของคุณยายเท่านั้น มันก็ตั้งอยู่เท่านั้น จะเอาไปที่ไหนก็ไม่ได้ ลูกหลาน บุตรธิดา

ทั้งหลายทั้งปวงนั้น เขาสมมุติว่าเป็นลูกเป็นหลานของคุณยาย มันก็เรื่องสมมุติทั้งนั้น มันก็เป็นอยู่อย่างนั้นแหละ **ไม่ใช่ว่าเป็นเราคนเดียว มันเป็นกันทั้งโลก** ถึงแม้องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านก็เป็นอย่างนี้ พระอรหันต์สาวกทั้งปวงท่านก็เป็นอย่างนี้ แต่ท่านแปลกกว่าพวกเราทั้งหลาย แปลกอย่างไร คือ **ท่านยอมรับ ยอมรับว่าสกลร่างกายนี้มันเป็นของมันอยู่อย่างนี้ จะเป็นอย่างอื่นไม่ได้ มันจะต้องเป็นอย่างนี้**

ดังนั้นพระพุทธเจ้าท่านจึงให้พิจารณาดูสกลร่างกายตั้งแต่ปลายเท้าขึ้นมาบนศีรษะ ตั้งแต่ศีรษะลงไปหาปลายเท้า ดูซิว่ามันมีอะไรบ้าง อะไรเป็นของสะอาดไหม เป็นของเป็นแก่นสารไหม นับว่าแต่มันจะทรุดเรื่อยมาอย่างนี้ ฉะนั้นพระพุทธเจ้าท่านจึงสอนให้เห็นสังขาร ว่าของไม่ใช่ของเรา มันก็เป็นอย่างนี้ ของที่ไม่ใช่ของเรา มันก็เป็นอย่างนี้ จะให้มันเป็นอย่างไรล่ะ อันนี้มันถูกแล้ว ถ้าโยมมีความทุกข์โยมก็คิดผิดเท่านั้นแหละ ไปเห็นสิ่งที่มันถูกอยู่โดยความเห็นผิด มันก็ขวางใจเท่านั้น

เหมือนน้ำในแม่น้ำที่มันไหลลงไปในทางที่ลุ่ม มันก็ไหลไปตามสภาพอย่างนั้น อย่างแม่น้ำอยุธยา แม่น้ำมูล แม่น้ำอะไรๆก็ตามเถอะ มันก็ต้องมีการไหลวนไปทางใต้ทั้งนั้นแหละ มันไม่ไหลขึ้นไปทางเหนือหรอก ธรรมดามันเป็นอย่างนั้น

สมมุติว่าบุรุษคนหนึ่งไปยืนอยู่ริมฝั่งแม่น้ำ แล้วก็มองดูกระแสของแม่น้ำที่ไหลเชี่ยวไปทางใต้ แต่บุรุษนั้นมีความคิดผิด **อยากจะให้น้ำนั้นมันไหลขึ้นไปทางเหนือ อย่างนี้เป็นต้น เขาก็เป็นทุกข์ เขาคนนั้นจะไม่มีความสงบเลย ถึงแม้จะยืน จะเดิน จะนั่ง จะนอน เขาก็ไม่มีความสงบ** เพราะอะไรล่ะ เพราะบุรุษนั้นคิดผิด คิดทวนกระแสน้ำ คิดอยากจะให้น้ำไหลขึ้นไปทางเหนือ ความจริงนั้นน้ำมันจะไหลขึ้นทางเหนือไม่ได้ มันจะต้องไหลไปตามกระแสของมัน เป็นธรรมดาอยู่อย่างนั้น

เมื่อมันเป็นอย่างนี้บุรุษนั้นก็ไม่สบายใจ ทำไมถึงไม่สบายใจ ก็เพราะบุรุษนั้นคิดไม่ถูก พิจารณาไม่ถูก ดำริไม่ถูก เพราะเขามีความเห็นผิดเป็นมิจฉาทิฏฐิ ถ้าเป็นสัมมาทิฏฐิแล้ว ก็ต้องเห็นว่าน้ำก็ต้องไหลไปตามกระแสของมัน คือไหลไปทางใต้

ที่จะให้ไหลไปทางเหนือนั้น มันเป็นความเห็นผิด มันก็มีความกระทบกระทั่งตะขิดตะขวงใจอยู่อย่างนั้น จนกว่าบุรุษคนนั้นจะมาพิจารณาคิดกลับเห็นว่า น้ำ ธรรมดามันก็ต้องไหลไปทางใต้อย่างนี้ เป็นเรื่องของมันอยู่อย่างนี้

อันนี้เป็นสัจจธรรมอย่างหนึ่ง ซึ่งเราจะเอามาพิจารณาว่า เออ...อันนี้มันก็เป็นความจริงอย่างนั้น แม่น้ำที่มันไหลไปทิศใต้ มันก็เหมือนชีวิตร่างกายของยายอยู่เดี๋ยวนี้แหละ เมื่อมันหนุ่มแล้วมันก็แก่ เมื่อมันแก่แล้วก็วนไปตามเรื่องของมัน อันนี้เป็นสัจจธรรม อย่าไปคิดว่าไม่อยากให้มันเป็นอย่างนั้น อย่าไปคิดอย่างนั้น เรื่องอันนี้ไม่ใช่ว่าเราจะมีอำนาจไปแก้ไขมัน

พระพุทธเจ้าท่านให้มองตามรูปมัน มองตามเรื่องของมัน เห็นตามสภาพของมันเสียว่า มันเป็นอย่างนั้น เท่านั้นเราก็ปล่อยมันเสีย เราก็วางมันเสีย เอาความรู้สึกนี้เองเป็นที่พึ่ง ให้ภาวนาว่าพุทโธ พุทโธ ถึงแม้ว่าจะเหน็ดเหนื่อยก็ตามเถอะ ให้โยมทำจิตให้อยู่กับลมหายใจ หายใจออกยาวๆ สูดลมเข้ามายาวๆ หายใจออกไปยาวๆ แล้วก็ตั้งจิตขึ้นใหม่ แล้วก็กำหนดลมว่าพุทโธ พุทโธ

โดยปกติถึงแม้ว่ามันจะเหนื่อยมากเท่าไร ก็ยิ่งกำหนดลมเข้าไปให้ละเอียด ละเอียดเข้าไปมากเท่านั้นทุกครั้ง เพื่ออะไร เพื่อจะต่อสู้กับเวทนา เมื่อมันกำลังเหน็ดเหนื่อย ก็ให้โยมหยุดความคิดทั้งหลาย ให้โยมหยุดคิดอะไรๆทั้งปวงเสีย ให้เอาจิตมารวมอยู่ที่จิต แล้วเอาจิตให้รู้จักลม ภาวนาพุทโธ พุทโธ ปล่อยวางข้างนอกให้หมด อย่าไปเกาะกับลูก อย่าไปเกาะกับหลาน อย่าไปเกาะกับสิ่งทั้งหลายทั้งปวงทั้งนั้น ให้ปล่อย ให้เป็นอันเดียว รวมจิตลงที่อันเดียว ดูลม ให้กำหนดลม เอาจิตนั่นแหละไปรวมอยู่ที่ลม คือให้รู้ที่ลมในเวลานั้น ไม่ต้องไปรู้อะไรมากมาย กำหนดให้จิตมันน้อยไปๆ ละเอียดไปๆ เรื่อยๆไป จนกว่าจะมีความรู้สึกน้อยๆ มันจะมี *ความตื่น* อยู่ในใจมากที่สุด

อันนี้เวทนาที่มันเกิดขึ้นมันจะค่อยๆระงับไปๆ ผลที่สุดเราก็ดูลมเหมือนกับญาติมาเยี่ยมเรา เราก็จะตามไปส่งญาติขึ้นรถลงเรือ เราก็ตามไปถึงท่าเรือ ไปถึงรถ เราก็ส่งญาติเราขึ้นรถ เราก็ส่งญาติเราลงเรือ เขาก็ติดเครื่องเรือเครื่องรถไปลิ่ว เท่านั้นแหละ เราก็มองไปเถอะ เมื่อญาติเราไปแล้ว เราก็กลับบ้านเรา

เราดูลมก็เหมือนกันฉันนั้น เมื่อลมมันหยาบเราก็รู้จัก เมื่อลมมันละเอียดเราก็รู้จัก เมื่อมันละเอียดไปเรื่อยๆ เราก็มองไปๆ ตามไปน้อมไปๆ ทำจิตให้มันตื่นขึ้น ทำลมให้มันละเอียดเข้าไปเรื่อยๆ ผลที่สุดแล้วลมหายใจมันน้อยลงๆ จนกว่าลมหายใจไม่มี มันก็จะมีแต่ความรู้สึกเท่านั้นตื่นอยู่ นั่นก็เรียกว่า เราพบพระพุทธเจ้าแล้ว

เรามีความ *รู้ ตื่น อยู่* ที่เรียกว่า พุทโธ ผู้รู้ ผู้ตื่น ผู้เบิกบาน ถ้าเป็นเช่นนั้นเราได้ *อยู่* กับพระพุทธเจ้าแล้ว เราได้พบพระพุทธเจ้าแล้ว เราพบความรู้แล้ว เราพบความสว่างแล้ว มันไม่ส่งจิตใจไปทางอื่นแล้ว มันจะ *รวม* อยู่ที่นั่น นั่นเรียกว่าเข้าถึงพระพุทธเจ้าของเรา

ถึงแม้ว่าท่านปรินิพพานไปแล้ว นั่นเรียกว่าพระพุทธรูป เป็นรูปกาย มีรูป แต่พระพุทธเจ้าอย่างแท้จริงนั้นก็คือความรู้อันสว่างไสว เบิกบานอย่างนี้ เมื่อพบเช่นนี้เราก็มีอันเดียวเท่านั้น ให้มารวมที่นี้

ฉะนั้นให้วาง วางทั้งหมด เหลือแต่ความรู้อันเดียว แต่อย่าไปหลงนะ อย่าให้ลืม ถ้าเกิดเป็นรูปเป็นเสียงอะไรมา ก็ให้ปล่อยวางทั้งหมด ไม่ต้องเอาอะไรทั้งนั้นแหละ ไม่ต้องเอาอะไร เอาแต่ความรู้สึกอันเดียวเท่านั้นแหละ ไม่ห่วงข้างหน้า ไม่ห่วงข้างหลัง หยุดอยู่กับที่จนกว่าว่า *เดินไปก็ไม่ใช่ ถอยกลับก็ไม่ใช่ หยุดอยู่ก็ไม่ใช่* ไม่มีที่ยึด ไม่มีที่หมาย เพราะอะไร เพราะว่าไม่มีตัว ไม่มีตน ไม่มีเราและไม่มีของของเรา...หมด

นี้คือคำสอนของพระพุทธเจ้า สอนให้เรา "หมด" อย่างนี้ ไม่ให้เราคว้าเอาอะไรไป ให้เรารู้อย่างนี้ รู้แล้วก็ปล่อยก็วาง

บัดนี้มันเป็นภาระของเราคนเดียวเท่านั้น ให้เข้าถึงธรรมะอย่างนี้ อันนี้เป็นทางที่จะทำให้เราพ้นจากวัฏฏสงสาร พยายามปล่อยวาง ให้เข้าใจ ให้ตั้งอกตั้งใจพินิจพิจารณา

อย่าไปห่วงคนโน้น อย่าไปห่วงคนนี้ ลูกก็ดี หลานก็ดี อะไรทั้งปวงเหล่านั้น อย่าไปห่วงเลย ที่เขายังเป็นอยู่เขาก็เป็นอยู่ อนาคตต่อไปเขาก็จะเป็นอย่างนี้ เป็นอย่างคุณยายที่เป็นอยู่นี้ ไม่มีใครที่จะเหลืออยู่ในโลกได้ จะต้องเป็นอย่างนี้ทั้งนั้น อันนี้คือสภาวะความเป็นจริงที่พระพุทธเจ้าท่านสอน เพราะฉะนั้น **ของที่ไม่มีสาระแก่นสารจริงๆ ท่านจึงให้วาง ถ้าวางแล้วก็เห็นความจริง ถ้าไม่วางมันก็ไม่เห็นความจริง** มันเป็นอยู่อย่างนี้ ใครทั้งหมดในสากลโลกนี้มันก็เป็นอย่างนี้ ดังนั้นยายโยมไม่ควรห่วงใย ไม่ควรเกาะเกี่ยว

ถึงแม้มันจะคิด ก็ให้มันคิด แต่ว่าคิดให้อยู่กับปัญญา ให้คิดด้วยปัญญา อย่าคิดด้วยความโง่ นึกถึงลูกก็นึกถึงด้วยปัญญา อย่านึกถึงด้วยความโง่ นึกถึงหลานก็ให้นึกถึงด้วยปัญญา อย่าให้นึกถึงด้วยความโง่ อะไรอะไรทั้งหมดนั่นแหละ เราก็คิดได้ เรารู้มันก็ได้ แต่เราคิดด้วยปัญญา เรารู้ด้วยปัญญา ถ้ารู้ด้วยปัญญาเราก็ต้องปล่อย รู้ด้วยปัญญาก็ต้องวาง ถ้ารู้ด้วยปัญญาคิดด้วยปัญญา มันจะไม่มีทุกข์ มันจะมีความเบิกบาน มีความสำราญ มีความสงบ มีความระงับเป็นอันเดียว จิตใจเรามารวมอยู่อย่างนี้ อะไรที่เราจะต้องอาศัยอยู่ในปัจจุบันในคราวนี้ ก็คือลม ลมหายใจนี่แหละ

บัดนี้เป็นภาระของคุณยายคนเดียว ไม่เป็นภาระของคนอื่น ภาระของคนอื่นก็ให้เป็นของคนอื่นเขา ธุระหน้าที่ของเราก็เป็นธุระหน้าที่ของเรา อย่าไปเอาธุระของลูกหลานมาทำ อย่าไปเอาธุระของคนอื่นมาทำ อย่าไปเอาธุระอะไรๆทั้งปวงทั้งนั้นแหละมาทำ ไม่ใช่หน้าที่ของเรา ในเวลานี้เราควรปล่อยแล้ว เราควรจะวางแล้ว อาการที่จะปล่อยจะวางนี้ จะทำความสงบนี้ เป็นธุระของเรา เป็นหน้าที่ของเราที่จะต้องทำในปัจจุบัน ให้รวมจิตเข้ามาเป็นหนึ่ง นี้คือธุระหน้าที่ของเรา เรื่องอะไรก็ปล่อยให้เขาเสีย เรื่องรูปก็ปล่อยให้เขาเสีย เรื่องเสียงก็ปล่อยให้เขาเสีย เรื่องกลิ่น เรื่องรส ก็ปล่อยให้เขาเสีย เรื่องอะไรๆก็ปล่อยให้เขาแล้ว เราจะทำธุระหน้าที่ของเรา

มันจะมีอะไรเกิดเป็นอารมณ์ขึ้นมา ก็ให้นึกอยู่ในใจว่า **อย่ามากวนฉัน ไม่ใช่ธุระหน้าที่ของฉัน** ความวิพากษ์วิจารณ์อะไรก็ตาม เช่นว่าเราจะกลัว กลัวในชีวิตของเรา เพราะเราจะตาย อย่างนี้เป็นต้น คิดถึงคนโน้นแล้วก็คิดถึงคนนี้ เมื่อมันเกิดขึ้นมาในจิตอย่างนั้น เราก็บอกในใจเราว่า **อย่ามากวนฉัน ไม่ใช่ธุระของฉัน** บอกอย่างนี้ไว้ในใจของเรา เพราะว่าเราเห็นธรรมทั้งหลายที่มันเกิดขึ้นมา

ธรรมคืออะไร

ธรรมก็คือทุกสิ่งอย่าง

อะไรที่ไม่เป็นธรรมก็ไม่มีแล้ว

โลกก็คืออะไร

โลกก็คืออารมณ์ที่มันมายุแหย่กวนยายอยู่เดี๋ยวนี้แหละ เดี๋ยวคนนั้นจะเป็นอย่างไร เดี๋ยวคนนี้จะเป็นอย่างไร เมื่อเราตายไปนี่ใครจะดูแลเขา ใครจะเป็นอะไรอย่างไรไหม อย่างนี้น่ะเป็นโลกทั้งนั้นแหละ ถึงแม้ว่าเราคิดขึ้นเฉยๆ เราก็กลัวจะตาย กลัวจะแก่ กลัวจะเจ็บ อะไรทั้งหลายเหล่านี้ มันเป็นโลกทั้งนั้น **ทิ้งโลกเสีย** โลกนี้มันเป็นอย่างนั้น **ถ้ามันมีขึ้นมาในใจก็เรียกว่าโลก นี้คืออารมณ์ อารมณ์นี้มันมาบังจิต ไม่ให้เห็นจิตของตน** อะไรๆทุกอย่างนั่น ถ้ามันเกิดขึ้นมาให้โยมคิดว่า

อันนี้ไม่ใช่ธุระของฉัน

เป็นเรื่องอนิจจัง เป็นเรื่องทุกขัง เป็นเรื่องอนัตตา

เราจะคิดว่าอยากอยู่ไปนานๆ อย่างนี้ก็ให้เกิดทุกข์ เราอยากจะตายเสียเดี๋ยวนี้ เร็วๆนี้ อันนี้ก็ไม่ถูกทางนะยายนะ เป็นทุกข์ เพราะว่าสังขารนี้ไม่ใช่ของเรา เราจะไปตกแต่งอะไร มันก็ไม่ได้หรอก มันเป็นของมันอยู่อย่างนั้น ตกแต่งมันได้ก็นิดๆหน่อยๆ เป็นต้นว่าตกแต่งร่างกายของเราให้สะสวยให้มันสะอาด ดูเด็กๆเขาสิ ทาปากทำเล็บให้มันยาว ทำอะไรให้มันสะสวยเสีย มันก็แค่นั้นแหละโยม เมื่อแก่มาแล้วก็รวมในกระป๋องเดียวกัน ไม่มีอะไร ตกแต่งได้แค่นั้นแหละ **ตกแต่งจริงๆไม่ได้หรอก มันก็เป็นอย่างนั้น เรื่องของสังขาร ที่จะตกแต่งได้ก็เรื่องจิตใจของเรา**

ตึกรามบ้านช่องทั้งหลายก็สร้างขึ้นมาได้ อย่างบ้านคุณหมออุทัยนี่อาตมาก็เคยไปขึ้นบ้านใหม่ให้ สร้างขึ้นจะสวยใหญ่โตก็ได้ สร้างนั้นมันสร้างบ้านข้างนอก ใครๆก็สร้างกันได้ทั้งนั้น แต่ว่าพระพุทธองค์ท่านเรียกว่า **บ้านข้างนอกไม่ใช่บ้านที่แท้จริง มันเป็นบ้านโดยสมมุติ**

บ้านอยู่ในโลกมันก็เป็นไปตามโลก บางคนก็ลืมนะ ได้บ้านใหญ่โต สนุกสุขสำราญ ลืมบ้านจริงๆของเขา บ้านที่จริงของเราอยู่ที่ไหน บ้านที่จริงของเราคือที่ว่ามีความรู้สึกที่มันสงบ คือ **ความสงบนั่นแหละเป็นบ้านจริงๆของเรา**

บ้านที่เราอยู่นี้ หรือบ้านที่ไหนก็ตามทีเถอะ บ้านก็สวยหรอก แต่อยู่กันไม่ค่อยสงบ เดี๋ยวก็เพราะอันโน้น เดี๋ยวก็เพราะอันนี้ เดี๋ยวก็ห่วงอันนั้น เดี๋ยวก็ห่วงอันนี้อยู่อย่างนี้แหละ เรียกว่าไม่ใช่บ้านเรา ไม่ใช่บ้านข้างใน มันเป็นบ้านข้างนอก อีกประเดี๋ยววันใดวันหนึ่งเราก็เลิกมันเท่านั้นแหละ บ้านนี้เราอยู่ไม่ได้หรอก **มันเป็นบ้านของโลก ไม่ใช่บ้านของเรา**

สกลร่างกายของเรานี้ ก็ยังเห็นว่าเป็นตัวเป็นตนเป็นเราเป็นเขาอีก อันนี้ก็เป็นบ้านหลังหนึ่งซึ่งติดอยู่กับตัวของเราที่เราเข้าใจว่าตัวเราหรือของเรานี้ อันนี้ก็ไม่ใช่อีก **อันนี้ก็เป็นบ้านของโลก ไม่ใช่บ้านของเราอย่างแท้จริง** แต่คนก็ชอบแต่จะสร้างบ้านข้างนอกไม่ชอบสร้างบ้านข้างในบ้านที่มันสำหรับอยู่จริงๆ ที่มันสงบจริงๆไม่ค่อยจะสร้างกัน ไปสร้างแต่ข้างนอก ก็เพราะมันเป็นอย่างนี้แหละ

อย่างคุณยายนี่ก็ลองคิดดูซิ เวลานี้มันเป็นอย่างไรนะ คิดดูตั้งแต่วันที่เราเกิดมา เรื่อยๆมาจนถึงบัดนี้ คือเราเดินหนีจากความจริง เดินไปเรื่อย และเดินมาจนแก่ จนเจ็บขนาดนี้ ไม่อยากจะให้เป็นอย่างนี้ ห้ามมันก็ไม่ได้ มันก็เป็นของมันอยู่อย่างนี้ จะให้เป็นอย่างอื่นก็เป็นไปไม่ได้ เหมือนกันกับเป็ด จะให้มันเหมือนไก่มันก็ไม่เหมือน เพราะว่ามันเป็นเป็ด ไก่อยากให้เหมือนกับเป็ด มันก็เป็นไปไม่ได้ เพราะว่ามันเป็นไก่ ถ้าใครไปคิดอยู่ว่าอยากให้เป็ดเหมือนไก่ อยากให้ไก่เป็นเหมือนเป็ด มันก็ทุกข์เท่านั้นล่ะ ก็เพราะมันเป็นไปไม่ได้ ถ้าโยมมาคิดเสียว่า เออ เป็ดมันก็ต้องเป็นของมันอย่างนั้น ไก่มันก็ต้องเป็นของมันอย่างนั้น จะให้เป็ดเหมือนไก่ จะให้ไก่เหมือนเป็ด มันก็เป็นไปไม่ได้ เพราะมันเป็นอยู่อย่างนั้น

ถ้าเราคิดเช่นนี้แล้ว เราจะมีพละ เราจะมีกำลัง เพราะว่าสกลร่างกายนี้อยากจะให้มันยืนนานถาวรไปเท่าไรๆ มันก็ไม่ได้ มันก็เป็นอย่างนี้ นี้ท่านเรียกสังขาร *อนิจฺจา วตสงฺขารา อุปฺปาทวยธมฺมิโน อุปฺปชฺชิตฺวา นิรุชฺฌนฺติ เตสวูปสโม สุโข* สังขารคือร่างกายจิตใจนี้แหละมันเป็นของไม่เที่ยง เป็นของไม่แน่นอน มีแล้วก็หาไม่ เกิดแล้วก็ดับไป

แต่มนุษย์เราทั้งหลายอยากให้สังขารนี้มันเที่ยง อันนี้คือความคิดของคนโง่

ดูซิว่าลมหายใจของคนเรานี้ มันเข้ามาแล้ว มันก็ออกไปเป็นธรรมดาของลม มันก็ต้องเป็นอยู่อย่างนั้น ต้องกลับไปกลับมา มีความเปลี่ยนแปลง เรื่องสังขารมันก็อยู่ด้วยความเปลี่ยนแปลงอย่างนี้ จะให้มันไม่เปลี่ยนแปลงไม่ได้ ลองคิดดูซิว่าหายใจออกอย่างเดียว ไม่ให้มันเข้ามาได้ไหม สบายไหม สูดลมเข้ามาแล้วไม่ให้มันออก ดีไหม นี่อยากจะให้มันเที่ยงอย่างนี้ มันเที่ยงไม่ได้ มันเป็นไปไม่ได้ ออกไปแล้วก็เข้ามา เข้ามาแล้วก็ออกไป เป็นเรื่องธรรมดาเหลือเกิน

เกิดแล้วก็แก่ แก่แล้วเจ็บแล้วก็ตาย เป็นเรื่องธรรมดาแท้ๆ เหมือนกับลมเข้าแล้วไม่ให้ออกไม่ได้ ออกแล้วไม่ให้เข้าไม่ได้ ถ้ามีการเข้าแล้วออก ออกแล้วเข้า ก็ทำให้ชีวิตเช่นมนุษย์ทั้งหลายเป็นอยู่ได้เท่าทุกวันนี้ เพราะสังขารมันทำตามหน้าที่ของมันอย่างนี้แหละ มันจริงอยู่แล้วไม่ใช่เป็นของไม่จริง มันจริงของมันอยู่อย่างนั้นแหละ

เมื่อเราเกิดมาแล้ว โยม ก็คือเราตายแล้วนั่นเองแหละ ไอ้ความแก่กับความตายมันก็คืออันเดียวกันนั่นแหละ เหมือนกับต้นไม้ อันหนึ่งต้น อันหนึ่งปลาย เมื่อมีโคนมันก็มีปลาย เมื่อมีปลายมันก็มีโคน ไม่มีโคนปลายก็ไม่มี มีปลายก็ต้องมีโคน มีแต่ปลายโคนไม่มีก็ไม่ได้ มันเป็นอย่างนั้น

เพราะฉะนั้นก็นึกขำเหมือนกันนะ มนุษย์เราทั้งหลายเมื่อจะตายแล้วก็โศกเศร้าวุ่นวาย นั่งร้องไห้ เสียใจ สารพัดอย่าง หลงไปสิ โยม มันหลงนะ พอคนตายก็ร้องไห้พิไรรำพัน แต่ไหนแต่ไรมา ไม่ค่อยได้พิจารณาให้ชัดแจ้งนะความเป็นจริงแล้ว อาตมาขอโทษด้วยนะ อาตมาเห็นว่าถ้าจะร้องไห้กับคนตายน่ะ ร้องไห้กับคนที่เกิดมาดีกว่า แต่มันกลับกันเสีย ถ้าคนเกิดมาแล้วโยมทั้งหลายก็หัวเราะดีอกดีใจกัน ชื่นบาน **ความเป็นจริงเกิดนั่นล่ะคือตาย ตายนั่นล่ะก็คือเกิด ต้นก็คือปลาย ปลายก็คือต้น เราไม่รู้จัก** ถึงเวลาจวนจะตายหรือตายแล้วก็ร้องไห้กัน นี่คือคนโง่ ถ้าจะร้องไห้อย่างนั้นมาแต่ต้นก็ยังจะดีนะ เมื่อเกิดมาก็ร้องไห้กันเสียเถอะ **ดูให้ดีซิ ถ้าไม่เกิดมันก็ไม่ตาย เข้าใจไหม**

เพราะฉะนั้น โยมอย่านึกอะไรมากมาย ให้นึกว่ามันเป็นอย่างนั้น นี้คือธุระหน้าที่ของเราแล้ว บัดนี้ใครช่วยไม่ได้ ลูกก็ช่วยไม่ได้ หลานก็ช่วยไม่ได้ ทรัพย์สินเงินทองก็ช่วยไม่ได้ **ช่วยได้แต่ความรู้สึกของโยมที่คิดให้ถูกต้องเดี๋ยวนี้น่ะ ไม่ให้หวั่นไหวไปมา ปล่อยมันทิ้งเสีย เราปล่อยมัน ทิ้งมัน**

ถ้าเราไม่ปล่อยมัน ไม่ทิ้งมัน มันก็จะหนีอยู่แล้ว เห็นไหม อวัยวะร่างกายของเราน่ะ มันพยายามจะหนีอยู่แล้วน่ะ เห็นไหม ดูง่ายๆว่า เมื่อเกิดมาเป็นหนุ่มเป็นสาวผมมันก็ดำ เห็นไหม บัดนี้มันหงอก นี่เรียกว่ามันหนีแล้วนะ ตาเราเคยสว่างไสวดีตอนเป็นหนุ่มเป็นสาว บัดนี้มันฝ้าฟางเห็นไหม นี่เรียกว่ามันหนีแล้ว เขาทนไม่ไหวเขาต้องหนี ที่นี่ไม่ใช่ที่อยู่ของเขา อะไรทุกชิ้นทุกส่วนเขาก็จะหนีแล้ว ฟันของเราตอนเป็นเด็กมันแน่นหนาถาวรไหม บัดนี้มันโยกมันคลอนแล้ว จะใส่ฟันใหม่เสียก็ได้ นี่มันก็ของใหม่ไม่ใช่ของเก่า สิ่งทั้งหลายในอวัยวะร่างกายของคุณยายนี้น่ะ เขาพยายามจะหนีไปแล้ว

ตา หู จมูก ลิ้น กาย ทั้งหมด เขาพยายามจะหนี ทำไมถึงจะหนี เพราะตรงนี้ไม่ใช่ที่อยู่ของเขา เป็นสังขาร

อยู่ไม่ได้ อยู่ชั่วคราวเท่านั้นก็ไป ไม่ว่าแต่ตัวของเรา ทั้งหมดอวัยวะนี่ ผมก็ดี ขนก็ดี เล็บก็ดี ทั้งหมดนั่น เดี๋ยวนี้เขาเตรียมหนี เขาหนีไปบ้างแล้ว แต่ยังไม่หมด ยังเหลือแต่คนเฝ้าบ้านเล็กๆน้อยๆ เฝ้าบ้านอยู่แต่ไม่ค่อยดีหรอก ตาก็ไม่ค่อยดี ฟันก็ไม่ค่อยดี หูนี่ก็ไม่ค่อยจะดี ร่างกายนี้ก็ไม่ค่อยจะดี ก็เพราะเขาหนีไปบ้างแล้ว

นี้ให้ยายเข้าใจว่า ที่นี่ไม่ใช่ที่อยู่ของมนุษย์โดยตรง เป็นที่พักชั่วคราวเท่านั้นล่ะ เพราะฉะนั้นยายไม่ควรห่วงใยอะไรมากมาย มาอยู่ในโลกก็ให้พิจารณาโลกนี้ว่า มันเป็นอย่างนั้น ไม่ว่าแต่อะไรทั้งหลายเลย เขาเตรียมจะหนีกันแล้วดูซิ ดูตามสภาพร่างกายซิว่ามันมีอะไรเหมือนเดิมไหม ร่างกายเหมือนเดิมไหม หนังเหมือนเดิมไหม ผมเหมือนเดิมไหม ไม่เหมือน เขาไปที่ไหนกันหมดแล้ว นี่ธรรมชาติเขาเป็นอย่างนั้น เมื่ออยู่ครบตามวาระของเขาแล้วเขาก็ต้องไป เพราะธุระเขาเป็นอย่างนั้น ความเป็นจริงมันเป็นอย่างนั้น เพราะที่นี่ไม่ใช่ที่อยู่ที่แน่นหนาถาวรอะไร อยู่แล้วก็วุ่นๆวายๆ สุขๆทุกข์ๆ ไม่สงบระงับ

ถ้าเป็นคน ก็เป็นคนที่เดินไปยังไม่ถึงบ้าน ยังอยู่ระหว่างทาง เดี๋ยวก็จะกลับ เดี๋ยวก็จะไป เดี๋ยวก็จะอยู่ นี่คือคนไม่มีที่อยู่ เปรียบเหมือนว่าเราเดินออกจากบ้านไปกรุงเทพฯ หรือว่าไปที่ไหนก็ตามเถอะ เราก็เดินไป เมื่อเดินไปยังไม่ถึงบ้านเมื่อไร มันก็ยังไม่น่าอยู่ นั่งก็ไม่สบาย นอนก็ไม่สบาย เดินก็ไม่สบาย นั่งรถไปก็ยังไม่สบาย เพราะอะไร เพราะว่ายังไม่ถึงบ้านเรา พอเรามาถึงบ้านเราแล้วก็สบาย เพราะเราเข้าใจว่านี่เป็นบ้านเรา อันนี้ก็ฉันนั้นเหมือนกัน

ในโลกนี้มันเรื่องไม่สงบทั้งนั้น ถึงแม้มันจะร่ำจะรวย มันก็ไม่สงบ มันจนก็ไม่สงบ มันโตก็ไม่สงบ เป็นเด็กก็ไม่สงบ มีความรู้น้อยมันก็ไม่สงบ มีความรู้มากมันก็ไม่สงบ เรื่องมันไม่สงบ มันเป็นอยู่อย่างนี้ เพราะฉะนั้น คนที่มีน้อยก็มีทุกข์ คนที่มีมากก็มีทุกข์ เป็นเด็กมันก็เป็นทุกข์ ผู้ใหญ่ก็เป็นทุกข์ แก่แล้วมันก็ทุกข์ ทุกข์อย่างคนแก่ ทุกข์อย่างเด็ก ทุกข์อย่างคนรวย ทุกข์อย่างคนจน มันเป็นทุกข์ทั้งนั้นนั่นล่ะ ดังนั้นอวัยวะทุกส่วนเขาจึงทยอยกันไปเรื่อย

เมื่อคุณยายพิจารณาอย่างนี้แล้วก็จะเห็นว่า อนิจจัง มันเป็นของไม่เที่ยง ทุกขังมันเป็นทุกข์ เพราะว่าอะไร เพราะว่าอนัตตา ไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตน ร่างที่ยายอาศัยอยู่เดี๋ยวนี้น่ะ ร่างกายที่นั่งนอนเจ็บป่วยอยู่นี้ และทั้งจิตใจที่รู้ว่ามันเป็นสุขเป็นทุกข์ มันเจ็บป่วยอยู่เดี๋ยวนี้ ทั้งสองอย่างนี้ ท่านเรียกว่า ธรรม

สิ่งที่ไม่มีรูปที่มันเป็นเพียงความรู้สึกนึกคิดเหล่านั้น เรียกว่ามันเป็นนาม มันก็เป็น นามธรรม สิ่งที่มันเจ็บปวดขยายไปมาอยู่นี้ อันนี้มันก็เป็นรูปธรรม สิ่งที่เป็นรูปก็เป็น *ธรรม* สิ่งที่เป็นนามก็เป็น*ธรรม* ฉะนั้นเราถึงอยู่กันด้วยธรรมะ คือ อยู่ในธรรม มันเป็นธรรมนั่นแหละ ตัวของเราจริงๆที่ไหนมันไม่มี มันเป็นธรรมะ สภาพธรรมมันเกิดขึ้นแล้วมันก็ดับไปๆ สภาวะธรรมมันเป็นอยู่อย่างนั้น มีความเกิดแล้วก็มีความดับ เราก็มีความเกิดดับอยู่ทุกขณะเดี๋ยวนี้น่ะ มันเป็นอยู่อย่างนี้

ฉะนั้น เมื่อเราคิดถึงองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าแล้ว ก็น่าไหว้ น่าเคารพ น่านับถือ ท่านพูดจริง ท่านพูดตามความจริง มันก็เห็นจริงอย่างนั้น ถ้าเราเกิดมาพบอยู่ที่นี่ เราก็เห็นธรรมะ แต่ไม่ได้ปฏิบัติธรรมะ **บางคนปฏิบัติธรรมะแต่ไม่เห็นธรรมะ บางคนรู้ธรรมะ เรียนธรรมะ ปฏิบัติธรรมะก็ยังไม่เห็นธรรมะ** ก็ยังไม่มีที่อยู่ ดังนั้นให้เข้าใจเสียว่า ที่นี่ทุกคน แม้ปลวกหรือมด หรือสัตว์ตัวนิดๆก็ตามทีเถอะ เขาก็พยายามจะหนีกันทั้งนั้น สิ่งที่มีชีวิตเขาอยู่กันพอควรแล้วเขาก็ไปกันทั้งนั้นล่ะ ทั้งคนจน ทั้งคนร่ำรวย ทั้งเด็ก ทั้งคนแก่ ทั้งสัตว์เดียรัจฉาน **สิ่งที่มีชีวิตในโลกนี้มันก็ย่อมแปรไปเปลี่ยนไปอย่างนี้**

เพราะฉะนั้นเมื่อคุณยายรู้ว่าโลกนี้มันเป็นอย่างนี้แล้ว ก็น่าเบื่อหน่าย น่าเบื่อมัน อะไรมันไม่เป็นตัวของตัวทั้งนั้น **เบื่อหน่าย *นิพพิทา*** คำว่าเบื่อหน่ายไม่ใช่ว่ารังเกียจนะ **เบื่อหน่าย คือ ใจมันสว่าง ใจมันเห็นความเป็นจริง** ไม่มีทางจะแก้ไขอะไรแล้ว มันเป็นอย่างนี้ รู้อย่างนี้ ก็เลยปล่อยวางมัน ปล่อยโดยความไม่ดีใจ ปล่อยโดยความไม่เสียใจ ปล่อยไปตามเรื่องของสังขาร ว่าสังขารมันเป็นอย่างนั้น

ปล่อยด้วยปัญญาของเรา นี่เรียกว่า ***อนิจจา วต สังขารา* สังขารทั้งหลายไม่เที่ยง** ที่ไม่เที่ยงก็คือมันเปลี่ยนไป เปลี่ยนมาอย่างนั้นแหละ เรียกว่า ไม่เที่ยง คืออนิจจัง

พูดง่ายๆว่า ตัวอนิจจังนั่นแหละคือตัวพระพุทธเจ้าล่ะ ถ้าเราเข้าไปเห็นอย่างจริงๆจังๆว่า อนิจจังคือของไม่เที่ยง นั่นแหละคือตัวพระพุทธเจ้า ของที่ไม่เที่ยง ถ้าเราเห็นชัดเข้าไปมันก็เที่ยง เที่ยงอย่างไร ก็เที่ยงที่มันเป็นอยู่อย่างนั้นแหละ มนุษย์ สัตว์ เกิดมาก็เป็นอย่างนั้น มันเที่ยงอย่างนั้น แต่ว่ามันไม่เที่ยง คือว่ามันแปรไปแปรมา คือ มันเปลี่ยนเป็นเด็ก เป็นหนุ่ม เป็นเฒ่าแก่ชรา เรียกว่ามันไม่เที่ยง ไอ้ความที่มันเป็นอย่างนั้นก็เรียกว่ามันเที่ยง ไม่แปรเป็นอย่างอื่น ถ้าคุณยายเห็นอย่างนี้ ใจก็จะสบาย ไม่ว่าเราคนเดียวหรอก ทุกๆคนเป็นอย่างนี้

ดังนั้นเมื่อคิดได้เช่นนี้ ก็น่าเบื่อ เกิดนิพพิทา ความเบื่อหน่ายหายความกำหนัดรักใคร่ในโลก ในกาม ในโลกามิสทั้งหลายเหล่านี้ มีมากก็ทิ้งไว้มาก มีน้อยก็ทิ้งไว้น้อย ทุกคนดูทีซิ ที่คุณยายเกิดขึ้นมานี้เห็นไหม เห็นคนรวยไหม เห็นคนอายุสั้นไหม เห็นคนอายุยืนไหม มันก็มีเท่านั้นล่ะ

เพราะฉะนั้นที่สำคัญคือ **พระพุทธเจ้าท่านให้สร้างบ้านเรือนตัวเอง สร้างโดยวิธีที่อาตมาบรรยายธรรมะให้ฟังเดี๋ยวนี้น่ะ สร้างบ้านให้ได้ ปล่อยวางให้ได้ ปล่อยวางมันให้มันถึงความสงบ** เรียกว่า ไม่เดินไปข้างหน้า ไม่ก้าวไปข้างหลัง ไม่หยุดอยู่ นี่เรียกว่าสงบ สงบจากการเดินไป สงบจากการถอยกลับ สงบจากการหยุดอยู่ นี่ไอ้ความสุขก็ไม่ใช่ที่อยู่ ไอ้ความทุกข์ก็ไม่ใช่ที่อยู่ของเรา ทุกข์มันก็เสื่อม สุขมันก็เสื่อมทั้งนั้น

พระบรมครูของเราท่านเห็นว่า สังขารทั้งหลายทั้งปวงเป็นของไม่เที่ยง **เพราะฉะนั้นท่านจึงสอนให้พวกเราทั้งหลายปล่อยวางเมื่อถึงเวลาสุดท้ายของทุกคน** เพราะว่ามันเอาไปไม่ได้ จำเป็นมันก็ต้องวางอยู่นั่นเองล่ะ **แต่เราก็วางมันไว้ก่อนเสียจะไม่ดีกว่าหรือ** เราแบกก็รู้สึกว่ามันหนัก เมื่อมันหนักแล้วเราก็ทิ้งมันเสียก่อนจะไม่ดีหรือ จะไปกวนแบกมันทำไม เราปล่อยวาง ก็ให้ลูกหลานพยาบาลเราสบายๆ

ผู้ที่พยาบาลคนที่ป่วยก็มีคุณธรรม คนที่ป่วยก็ให้โอกาสแก่ผู้พยาบาล อย่าทำให้ลำบากแก่คนที่รักษา เจ็บตรงไหน เป็นอะไร ก็ให้ได้รู้จักทำจิตใจมันดี คนที่รักษาพ่อแม่ก็ให้มีคุณธรรม มีความอดทน อย่ารังเกียจ อันนี้ที่จะเป็นการสนองคุณพ่อแม่ของเราก็เวลานี้เท่านั้นล่ะ เบื้องต้นเกิดมาเราเป็นเด็ก พ่อแม่เป็นผู้ใหญ่ เราอาศัยพ่อแม่จึงเติบโตจนถึงบัดนี้ ได้มาอยู่บัดนี้ นั่งรวมกันอยู่ที่นี่ ก็เพราะคุณพ่อคุณแม่เลี้ยงเรามาสารพัดอย่าง แล้วมีบุญคุณมากที่สุดเหลือเกินนะ

บัดนี้ให้ลูกหลานทุกๆคนนี้ จงเข้าใจว่า เดี๋ยวนี้พ่อแม่กลายเป็นลูกเราเสียแล้ว แต่ก่อนเราเป็นลูกของพ่อแม่ บัดนี้พ่อแม่เป็นลูกเราเสียแล้ว เพราะอะไร เพราะแก่ไปๆจนกลายเป็นเด็ก จำก็ไม่ได้ ตาก็มองไม่เห็น หูไม่ได้ยินสารพัดอย่าง บางทีพูดถูกๆผิดๆเหมือนเด็กนั่นเอง ดังนั้นให้ลูกหลานทั้งหลายปล่อย **คนที่รักษาคนป่วยก็ให้ปล่อย อย่าไปถือเลย ปล่อยเสีย ให้ตามใจทุกอย่างเหมือนเด็กๆที่เกิดมา** อะไรที่ไม่เชื่อฟังพ่อแม่ก็ปล่อยทุกอย่างนั่นล่ะ ปล่อยให้เด็กมันสบาย ไม่ให้เด็กมันร้องไห้ อย่าให้เด็กขัดใจอะไรเหล่านี้

พ่อแม่ของเราบัดนี้ก็เหมือนกัน สัญญามันวิปลาส บางทีเรียกลูกคนหนึ่งไปถูกอีกคนหนึ่ง บางทีเรียกหลานคนหนึ่งไปถูกหลานอีกคนหนึ่ง จะเรียกเอาขันมาก็ได้จานมา มันเป็นเรื่องของธรรมดาอย่างนั้น อันนี้ก็ให้พิจารณา

คนที่ป่วยก็ให้นึกถึงคนพยาบาล มีคุณธรรม ให้อดให้ทนต่อทุกขเวทนา เวทนาสารพัดอย่างที่มันเกิดขึ้นมา ให้อดกลั้น ให้ทำความเพียรในใจของเรา อย่าให้มันวุ่นวาย อย่าให้มีความลำบากยากเกินไปแก่ผู้ปฏิบัติ ผู้อุปัฏฐากก็ให้มีคุณธรรม อย่ารังเกียจ น้ำมูก น้ำลาย อุจจาระ ปัสสาวะ อะไรก็ตาม พยายามเท่าที่เราจะทำได้ ลูกๆเราทุกคนให้ช่วยกันดู

บัดนี้เรามีพ่อแม่เท่านี้แหละ เราอาศัยมา ได้เกิดมา ได้เป็นครู เป็นอาจารย์ เป็นพยาบาล เป็นหมอ เป็นอะไรมาทุกอย่างเหล่านี้ อันนี้คือบุญคุณของท่านที่เลี้ยงเรามา ให้ความรู้เรามา ให้ความเป็นอยู่ของเรามา ให้ทรัพย์สมบัติเรา นี่คือคุณของพ่อแม่ถ่ายทอดรับมรดกกันมาอย่างนี้ เป็นวงศ์ตระกูลอย่างนี้ พระพุทธองค์ท่านจึงสอนเรื่องกตัญญูกตเวที กตัญญูกับกตเวทีนี้ เป็นธรรมซึ่งสนองซึ่งกันและกัน ท่าน

ต้องการอะไร ท่านไม่สบาย ท่านมีความลำบาก ท่านมีความขัดข้องประการใด เราก็ต้องเสียสละ ช่วยท่านรับภาระธุระอันนั้น นี้คือกตัญญูกตเวที เป็นธรรมที่ค้ำจุนโลกอยู่ ให้วงศ์ตระกูลของเราไม่กระจัดกระจาย ให้วงศ์ตระกูลของเราเรียบร้อย มั่นคง

วันนี้อาตมาได้เอาธรรมะคำสอนมาฝากยาย ในเวลาที่เจ็บป่วยอยู่อย่างนี้ ซึ่งอาศัยคุณหมออุทัยลูกของโยมนั่นแหละนึกถึงผู้มีพระคุณ อาตมาจะฝากอะไรมามันก็ไม่มี จะฝากวัตถุอะไรมาที่บ้านนี่ก็เยอะแยะแล้ว อาตมาจึงฝากธรรมะซึ่งมันหมดไม่ได้ มันเป็นแก่นเป็นสาร ถึงยายได้ฟังธรรมะนี้แล้วจะถ่ายทอดให้คนอื่นเท่าไร ก็ยังไม่หมด ไม่จบ สัจจธรรม คือความจริงตั้งมั่นอยู่อย่างนี้

อันนี้อาตมาก็พลอยดีใจด้วย ที่ได้ฝากธรรมะมาให้คุณยาย เพื่อจะได้มีจิตใจที่เข้มแข็งต่อสู้กับสิ่งทั้งหลายเหล่านี้

ทางพ้นทุกข์

พระโพธิญาณเถร (หลวงพ่อชา สุภัทโท)

แสดงที่พุทธสมาคมธิเบต ประเทศอังกฤษ วันที่ ๑๕ พฤษภาคม ๒๕๒๒



ทางพ้นทุกข์

วันนี้ ได้รับอนุญาตจากท่านอาจารย์ ซึ่งเป็นเจ้าอาวาส ให้แสดงธรรมแก่พุทธบริษัททั้งหลายที่มานั่งประชุมอยู่ ณ ที่นี้ ดังนั้นขอพุทธบริษัททั้งหลาย จงตั้งใจให้อยู่ในความสงบ เพราะว่าการแสดงธรรมวันนี้ มีความจำเป็นเกี่ยวกับภาษา จะต้องตั้งใจฟังล่ามที่จะแปลไป มิฉะนั้นจะไม่เข้าใจ

เมื่อได้มาพักอยู่ที่นี่ อาตมารู้สึกมีความสบายใจ เพราะว่าทั้งท่านอาจารย์ก็ดี ทั้งสานุศิษย์ก็ดี ทำความพอใจ หน้ายิ้มแย้มแจ่มใส สมกับเป็นผู้ได้ประพฤติปฏิบัติธรรมอันแท้จริง เมื่อได้มาเห็นสถานที่ซึ่งท่านอยู่อาศัยก็เลื่อมใส แต่บ้านหลังใหญ่นี้ใหญ่เหลือเกิน คิดสงสารท่านเหมือนกันในการบูรณะสร้างที่อยู่เพื่อปฏิบัติธรรมต่อไป

อาตมาเคยลำบากมาแล้ว เป็นอาจารย์มาหลายปี ตั้งต้นสอนจริงๆจังๆมาประมาณเกือบ ๓๐ ปี ขณะนี้มีวัดสาขาน้อยใหญ่ที่ขึ้นต่อวัดหนองป่าพง ประมาณ ๔๐ แห่งแล้ว แต่ก็รู้สึกว่ามีศิษย์สอนยากสอนลำบากเหลือเกิน บางคนก็รู้แล้วไม่เอาใจใส่ บางคนไม่รู้ก็ไม่เอาใจใส่ เดี๋ยวนี้ก็เลยคิดอะไรไม่ค่อยจะออก ไม่ทราบว่าทำไมจิตใจของมนุษย์จึงเป็นอย่างนั้น ถ้าไม่รู้ก็ไม่ดี แต่บอกให้รู้แล้วก็ยังไม่รับเอา จะทำอย่างไรอีกต่อไปก็ยังไม่รู้อีกเหมือนกัน เมื่อปฏิบัติไปก็มีแต่เรื่องสงสัยทั้งนั้นแหละ สงสัยอยู่เรื่อยๆ อยากจะไปแต่พระนิพพาน แต่ไม่เดินไปตามทาง อยากจะไปเฉยๆเท่านั้น มันวุ่น ให้นั่งสมาธิก็กลัว มีแต่ความง่วง ง่วงนอน สิ่งที่เราไม่สอนนั้นแหละชอบปฏิบัติ ฉะนั้นเมื่อมีโอกาสมาเยี่ยมท่านอาจารย์ จึงเรียนถามท่านว่าลูกศิษย์ของท่านเป็นอย่างไร ท่านตอบว่าเหมือนกัน นี่ก็เป็นความยุ่งยากอันหนึ่ง เป็นปัญหาอันหนึ่งของครูบาอาจารย์ที่จะช่วยลูกศิษย์

ธรรมะที่จะกล่าวในวันนี้ เป็นธรรมะที่จะแก้ปัญหาในปัจจุบัน ในเวลาที่เราเกิดมาในชาตินี้ ในวันนี้ เดี๋ยวนี้

พุทธบริษัทบางกลุ่ม ผู้หญิงก็ดี ผู้ชายก็ดี เคยพูดว่า ฉันมีธุระมากเกี่ยวแก่การงาน ไม่มีโอกาสที่จะทำความเพียร จะให้ฉันทำอย่างไร อาตมาตอบว่าโยมทำงานนั้นโยมหายใจหรือเปล่า เขาตอบว่าหายใจอยู่ ทำไมโยมมีโอกาสหายใจเมื่อโยมทำงานอยู่ เขาก็ไม่พูด **โยมมีสติอยู่เท่านั้นแหละ ก็มีเวลามากเหลือเกินที่จะทำความเพียร** ที่จะทำกรรมฐานเหมือนกับลมหายใจเข้าออก เราทำงานอยู่ก็หายใจอยู่ นอนอยู่ก็หายใจอยู่ นั่งก็หายใจอยู่ ทำไมมันมีโอกาสหายใจอย่างนั้น ถ้าเรามีความรู้สึกถึงความมีชีวิตของเรากับลมหายใจนั้นมันก็ต้องมีเวลาอยู่ตลอดกาล

ใครเคยมีความทุกข์ไหม ใครเคยมีความสุขไหม คิดดูซิเคยมีไหม นั่นแหละที่ธรรมะเกิดที่ตรงนี้ ที่ปฏิบัติธรรมะก็อยู่ที่ตรงนี้ **ใครเป็นสุข ใจมันเป็นสุข ใครเป็นทุกข์ ใจมันเป็นทุกข์ มันเกิดที่ไหนมันดับที่นั่น** กายและใจสองอย่างนี้รวมมีเอามาแล้วทุกคน ไม่ใช่ว่าไม่มีหลักปฏิบัติ หลักปฏิบัติมีอยู่แล้ว มีกายมีใจเท่านั้นพอแล้ว ทุกคนที่นั่งรวมกันอยู่นี้เคยมีความสุขไหม เคยมีความทุกข์ไหม ทำไมเป็นอย่างนั้น มันเป็นเพราะอะไร นี้คือปัญหาแล้ว ปัญหาที่จะเกิดขึ้นมาล่ะ ถ้าเรารู้จักทุกข์ รู้จักเหตุของทุกข์ รู้จักความดับทุกข์ รู้จักข้อปฏิบัติถึงความดับทุกข์ มันก็แก้ปัญหาได้

นี้คือทุกข์ ทุกข์ธรรมดาอย่างหนึ่ง ทุกข์ที่เหนือธรรมดาอย่างหนึ่ง ทุกข์ประจำสังขารนี้ ยืนก็เป็นทุกข์ นั่งก็เป็นทุกข์ นอนก็เป็นทุกข์ อย่างนี้เป็น**ทุกข์ธรรมดา** ทุกข์ประจำสังขารพระพุทธเจ้าท่านก็มีเวทนาอย่างนี้ มีสุขอย่างนี้ มีทุกข์อย่างนี้ แต่ท่านก็รู้จักว่าอันนี้เป็นธรรมดา สุขทุกข์ธรรมดาทั้งหลายเหล่านี้ ท่านระงับมันได้ เพราะท่านรู้จักเรื่องของมัน รู้จักทุกข์ธรรมดา มันเป็นของมันอย่างนั้น ไม่รุนแรง ท่านให้ระวังทุกข์ที่มันจรมา ทุกข์ที่เหนือธรรมดา เปรียบประหนึ่งว่าเราเป็นไข้ เอายาไปฉีด ฉีดเข้าไปในร่างกาย เข็มฉีดยานั้นมันทะลุเข้าไปในเนื้อหนัง เรารู้สึกเจ็บนิดหน่อยเป็นธรรมดา เมื่อถอนเข็มออกมาแล้วความเจ็บก็หาย นี่ เรียกว่าทุกข์ธรรมดา ไม่เป็นอะไร ทุกคนจะต้องเป็นอย่างนี้

ทุกข์ที่ไม่ใช่ธรรมดานั้น คือทุกข์ที่เรียกว่า อุปาทานเข้าไปยึดมั่นถือมั่นไว้ เปรียบประหนึ่งว่าเอาเข็มฉีดยาไปอาบยาพิษแล้วก็ฉีดเข้าไป นี่ไม่ใช่เจ็บธรรมดาแล้ว ไม่ใช่ทุกข์ธรรมดาแล้ว เจ็บจนตาย ทุกข์จนตาย นี่เรียกว่าทุกข์เกิดจากอุปาทานความเห็นผิด นี่ก็เป็นปัญหาอันหนึ่ง

ไม่รู้จักอนิจจัง ความเปลี่ยนแปลงของสังขาร สังขารมันเป็นวัฏฏสงสาร *สังสาเร ทุกขัง* ทุกข์ในสงสารมันเปลี่ยน เราไม่อยากให้มันเปลี่ยน เราคิดผิดมันก็ทุกข์ คิดถูกมันก็ไม่ทุกข์ คนเกิดขึ้นมาแล้วไม่เห็นสังขารอันนั้น เห็นสังขารว่าเป็นตัว เป็นตน เป็นเรา เป็นเขา ไม่อยากให้สังขารเปลี่ยนแปลงไป พูดง่ายๆก็หมายความว่า เราหายใจเข้าออก ออกไปแล้วก็เข้ามา เข้ามาแล้วก็ออกไป มันเป็นของมันอยู่อย่างนั้น เราจึงมีชีวิตอยู่ได้ ถ้าเราให้มันออกไป ไม่ให้มันเข้ามามันก็อยู่ไม่ได้ มันไม่ใช่เรื่องเช่นนั้น เรื่องของสังขารมันเป็นอย่างนี้ แต่เราไม่รู้จัก เช่นว่ามีสิ่งของแล้วมันหายไปไม่อยากให้มันหาย คิดว่ามันเป็นเรา เป็นของเรา ไม่เห็นตามสังขารที่มันหมุนเวียนอยู่ตามธรรมชาตินั้น มันก็เลยเกิดทุกข์ขึ้นมา

ไม่เชื่อก็ลองดูซิ หายใจออก หายใจเข้า มันสบายอยู่ได้ ถ้าหายใจออกแล้วไม่เข้า หรือหายใจเข้าแล้วไม่ออก จะอยู่ได้ไหม สังขารมันเปลี่ยนแปลงตามธรรมชาติของมันอยู่อย่างนั้น เราเห็นว่ามันเป็นอยู่อย่างนั้น เห็นตามธรรมะ เห็นเรื่องอนิจจัง ความเปลี่ยนแปลง **เราอยู่ด้วยอนิจจัง อยู่ด้วยความเปลี่ยนแปลงอย่างนี้ รู้ว่ามันเป็นอย่างนั้นแล้วก็ปล่อย เรียกว่าการปฏิบัติธรรม**

ให้มีปัญญารู้ตามสังขารอย่างนั้น ทุกข์ก็ไม่เกิด ถ้าคิดเช่นนั้นมันก็ขัดต่อความรู้สึกของเรา ขัดต่อความรู้สึกก็ขัดต่อธรรมะความเป็นจริงของมันเท่านั้น ยกตัวอย่างเช่นเราป่วยเข้าโรงพยาบาล คิดในใจไม่อยากตาย อยากหายเท่านั้น คิดอย่างนั้นไม่ถูก เป็นทุกข์ **ต้องคิดว่าหายก็หาย ตายก็ตาย เพราะเราแต่งไม่ได้ นี่เป็นสังขาร คิดอย่างนี้ถูก ตายก็สบาย หายก็สบาย** ต้องได้อย่างหนึ่งจนได้ เราคิดว่าจะต้องหาย จะต้องไม่ตาย อย่างนี้มันเรื่องจิตของเราไม่รู้จักสังขาร

ฉะนั้นเราก็ต้องคิดให้มันถูกว่า หายก็เอา ไม่หายก็เอา ตายก็เอา เป็นก็เอา ถูกทั้งสองอย่าง สบาย ไม่ตกใจ ไม่ร้องไห้ ไม่โศกเศร้า เพราะมันเป็นอย่างนั้น จริงๆอย่างนั้น

พระพุทธเจ้าของเราท่านจึงมองเห็นชัด ธรรมะของท่านยังใหม่เอี่ยมอยู่เสมอ ไม่ล้าสมัย ไม่เปลี่ยนแปลงที่ไหน ทุกวันนี้ยังมีความจริงอยู่ ยังไม่เสื่อม ยังเป็นอยู่อย่างนั้น ไม่ไปที่ไหน ถ้าใครจะรับพิจารณาอย่างนั้นจะได้เกิดความสงบความสบาย ท่านให้อุบายว่า อันนี้ไม่ใช่ตัวเรา อันนี้ไม่ใช่ของเรา แต่เราฟังไม่ได้ ไม่อยากฟัง **เพราะเราเข้าใจว่านี่เป็นตัวเรา เป็นของเรา นี่แหละเป็นเหตุให้ทุกข์เกิดตรงนี้ ให้เราเข้าใจอย่างนี้**

เมื่อกลางวันนี้มีโยมคนหนึ่งมาถามปัญหาว่า

เมื่อมันมีความโกรธขึ้นมาจะให้ดิฉันทำอย่างไร

อาตมาบอกว่า เมื่อมันโกรธขึ้นให้เอานาฬิกามาหมุนตั้งไว้ บอกนั่นได้สองชั่วโมงให้โกรธมันหายนะ ลองดู ถ้ามันเป็นเรา บอกได้สองชั่วโมงก็หายโกรธ แต่อันนี้ไม่ใช่เรา สองชั่วโมงมันก็ยังไม่หาย บางทีหนึ่งชั่วโมงมันก็หาย แล้วจะไปเอาโกรธมาเป็นเรามันก็ทุกข์ซิ นี่ถ้าเป็นตัวเรามันต้องได้ตามปรารถนาอย่างนั้น ถ้าไม่ได้ตามปรารถนาก็เป็นเรื่องโกหก เราอย่าไปเชื่อมันเลย **มันจะดีใจก็อย่าไปเชื่อ มันจะเสียใจก็อย่าไปเชื่อ มันจะรักอย่าไปเชื่อมัน มันจะเกลียดก็อย่าไปเชื่อมัน มันเรื่องโกหกทั้งนั้น ให้คำตอบเขาอย่างนี้**

ใครเคยโกรธไหม เมื่อโกรธขึ้นมามันเป็นสุขหรือทุกข์ไหม ถ้าเป็นทุกข์ ทำไมไม่ทิ้งมัน เอาไว้ทำไม นี่จะเข้าใจว่าเรารู้อย่างไรเล่า จะเข้าใจว่าเราฉลาดอย่างไรเล่า ตั้งแต่เราเกิดมานี้มันโกรธเรากี่หนมาแล้ว บางวันมันทำให้ครอบครัวเราทะเลาะกันก็ได้ ร้องไห้ทั้งคืนก็ได้ ขนาดนั้นก็ยังเกิดความโกรธอีก ยังเก็บมันเอาไว้ในใจอีก ทุกข์อีกอยู่ตลอดเวลาตลอดถึงบัดนี้ ตั้งแต่นี้ต่อไป ถ้าโยมทุกคนไม่เห็นทุกข์ มันก็

จะทุกข์เรื่อยๆไป ถ้าเห็นทุกข์วันนี้เอามันทิ้งเสีย เอามันทิ้ง ถ้าไม่ทิ้งมัน มันจะให้เราทุกข์จนตลอดวันตาย ไม่ได้หยุด วัฏฏสงสารก็ต้องเป็นอย่างนี้ ถ้าเรารู้จักทุกข์อย่างนี้ก็แก้ปัญหาได้เท่านั้น ฉะนั้น พระพุทธเจ้าท่านว่าไม่มีอุบายอะไรที่จะดีไปกว่านี้ อุบายที่จะไม่มีทุกข์ ก็เห็นว่า อันนี้ไม่ใช่ตัว อันนี้ไม่ใช่ของตัว เท่านี้ อันนี้เลิศแล้ว อันนี้ประเสริฐแล้ว แต่เราไม่ค่อยได้รับฟัง เมื่อทุกข์ทุกทีก็ร้องไห้ทุกที ยังไม่จำอีก นี่ทำไมจึงเป็นอย่างนั้น ทำไมไม่ดูนานๆ ท่านอาจารย์สอนให้ดู ให้ภาวนา พุทโธ ให้เห็นชัด

ระวังบางคนจะไม่รู้ว่าธรรมะนะ นี่คือธรรมะนอกคัมภีร์ คนเราไปอ่านแต่คัมภีร์แล้วไม่เห็นธรรมะ วันนี้อธิบายธรรมะนอกคัมภีร์แต่อยู่ในขอบเขต บางคนฟังแล้วจะไม่รู้เรื่อง จะไม่เข้าใจในธรรมะ ถ้าเราไม่เข้าใจในธรรมะ เราจะมีความทุกข์ตลอดไป สังขารมันเกิดขึ้นแล้วก็ดับไปเป็นธรรมดา เรื่องธรรมดาอย่างนี้

ยกตัวอย่างให้ฟังอีกสักเรื่องหนึ่ง คนสองคน เช่นคนนี้กับคนนี้เดินไปด้วยกัน เห็นเป็ดตัวหนึ่ง ไก่ตัวหนึ่ง คนหนึ่งว่า แหม ไก่ทำไมไม่เหมือนเป็ด เป็ดทำไมไม่เหมือนไก่ คิด

อยากจะให้ไก่เป็นเป็ด คิดอยากจะให้เป็ดเป็นไก่ มันก็เป็นไปไม่ได้ เมื่อมันเป็นไปไม่ได้ โยมก็คิดว่า แหม อัศจรรย์เหลือเกิน ทำไมไก่ไม่เป็นเป็ด อยากจะให้เป็ดเป็นไก่อยู่ตลอดเวลาในชั่วชีวิตหนึ่งๆมันก็ไม่เป็นให้ เพราะเป็ดก็เป็นเป็ด ไก่ก็เป็นไก่ ถ้าคนนี้คิดอย่างนี้ไม่หยุดก็ต้องทุกข์ คนที่สองเห็นว่าเป็ดก็เป็นเป็ด ไก่ก็เป็นไก่นั่นแหละ แล้วก็เดินผ่านไป ปัญหาไม่มีเห็นถูกแล้ว ที่เป็นเป็ดให้เป็นเป็ดไป เป็นไก่ก็ให้เป็นไก่ไปเสีย **คนที่อยากให้เป็ดเป็นไก่ อยากให้ไก่เป็นเป็ดอยู่นั่นแหละก็เป็นทุกข์มาก** อย่างนี้ก็เหมือนกับอนิจจังเป็นของไม่เที่ยง อยากจะให้มันเที่ยงมันก็ไม่เที่ยง เมื่อมันไม่เที่ยงเมื่อไรก็เสียใจเมื่อนั้น ถ้าใครเห็นว่า อนิจจังเป็นของไม่เที่ยงอย่างนั้นคนนั้นก็สบายไม่มีปัญหา คนอยากให้มันเที่ยงก็มีปัญหา เป็นทุกข์เป็นร้อน บางทีนอนไม่หลับ อย่างนี้ก็เป็นได้ นี้เรียกว่าไม่รู้เรื่องของอนิจจังตามความจริง เป็นธรรมะของพระพุทธเจ้า

เมื่ออยากรู้ธรรมะจะไปดูที่ไหนได้ ดูอยู่ที่กายของเรานี้แหละ ดูอยู่ที่ใจของเรานี้แหละ ไปดูในตู้ไม่พบไม่เห็น จะรู้ธรรมะอย่างแท้จริงต้องดูในกายของเรานี้เรียกว่า**รูปธรรม** รู้เข้าไปอีกชนิดหนึ่งไม่มีรูป มีปรากฏอยู่คือ**นามธรรม** มีสอง

อย่างเท่านั้น รูปธรรมมองเห็นด้วยตาของเราที่นั่งอยู่นี่ แต่นามธรรมมองไม่เห็น นามธรรมไม่ใช่สิ่งที่จะมองดูด้วยตาเนื้อได้ ต้องมองดูด้วยตาใน คือ ตาใจ มองดูในใจจึงจะเห็นนามธรรม

คนจะบรรลุธรรมะ จะได้เห็นธรรมะ ต้องรู้จักว่าธรรมะอยู่ตรงไหนเสียก่อน ถ้าธรรมะอยู่ที่กายก็ต้องมาดูที่กายของเรา ดูตั้งแต่นี้ลงไป เอาอะไรมาตรวจดูตรงนี้ เอานามธรรมคือตัววิญญาณธาตุดูกายนี้ ไปดูที่อื่นไม่พบ เพราะความสุขความทุกข์เกิดจากที่นี่ หรือใครเห็นความสุขเกิดจากต้นไม้มีไหม เกิดจากแม่น้ำมีไหม เกิดจากดินฟ้าอากาศมีไหม ความสุขความทุกข์ เป็นความรู้สึกทางกายทางใจของเรานี่เอง

ฉะนั้นพระพุทธองค์ท่านให้รู้จักธรรมะ ให้มาดูธรรมะที่กายของเรานี้ คือธรรมะอยู่ที่นี่ จงมาดูที่นี่ อย่างท่านอาจารย์ท่านสอนนี้ ท่านให้มาดูที่ตัวธรรมะ แต่เราเข้าใจว่าตัวธรรมะอยู่ที่หนังสือจึงไม่เจอ ถ้าดูหนังสือก็ต้องน้อมเข้ามาในนี้อีก จึงจะรู้จักธรรมะ อย่างนี้ให้เข้าใจว่า **ธรรมะที่แท้จริงอยู่ที่ไหน อยู่ที่นี่ อยู่ที่กาย อยู่ที่ใจ ให้เอาใจนี้พิจารณากาย นี้เป็นหลักการพิจารณา**

ฉะนั้นจึงทำปัญญาให้เกิดขึ้นในจิตของเรา เมื่อปัญญาเกิดขึ้นในจิตของเราแล้ว จะมองไปที่ไหนจะมีแต่ธรรมะทั้งนั้น เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ตลอดเวลา อนิจจังเป็นของไม่เที่ยง ทุกขังถ้าไปยึดว่ามันเที่ยงก็เป็นทุกข์ เพราะอันนั้นไม่ใช่ตัวไม่ใช่ตนอยู่แล้ว แต่เราไม่เห็น กลับเห็นว่าเป็นตัวเป็นตนอยู่เสมอ เห็นว่าเป็นของของตนอยู่ทุกเวลา คือเราไม่เห็นสมมุติ รู้จักสมมุติกันเสียเถิด เช่นเราทุกคนที่นั่งในที่นี้มีชื่อทุกคน ชื่อเรานี้เราตั้งใหม่หรือมันเกิดพร้อมกันกับเราหรือมีชื่อติดตามมาตั้งแต่วันเกิด เข้าใจไหม นี้สมมุติ

สมมุติมีประโยชน์ไหม มีประโยชน์ เช่น สมมุติว่าชื่อนาย ก นาย ข นาย ค นาย ง มันก็เป็นคนด้วยกันทั้งหมด ต้องเอาชื่อคนมาใส่เพื่อให้สะดวกแก่การพูด สะดวกแก่การงานเท่านั้นแหละ เช่นเราต้องการใช้นาย ก ก็เรียก นาย ก นาย ก ก็มา นาย ข นาย ค นาย ง เฉยเสียไม่ต้องมา สมมุติมันสะดวกเท่านี้ ถ้าไม่มีสมมุติเราจะเรียกคนมาใช้สักหนึ่งคน ถ้าเรียกว่าคนๆ คนๆ ทั้งหมดก็จะลุกขึ้นมา ก็ใช้ไม่ได้ จะทำอย่างไร ฉะนั้นสมมุติจึงมีประโยชน์ คือสะดวกแก่การใช้เท่านั้น

เมื่อตามดูเข้าไปแล้วที่จริงไม่มีใครทั้งนั้น มันเป็นวิมุติ มีดิน มีน้ำ มีไฟ มีลม เท่านั้นแหละที่เป็นสกลร่างกายของเรานี้ แต่เรามองไม่ค่อยจะเห็น เพราะมีอุปาทาน อัตตวาทุปาทาน มันไม่เห็น ถ้าเราเห็นชัด จะเห็นว่าตัวของคนๆหนึ่งไม่มีอะไรมาก ส่วนที่มันแข้นแข็งก็เป็นดิน ส่วนที่เหลวก็เป็นน้ำ ส่วนที่ร้อนก็เป็นไฟ ส่วนที่พัดไปมาก็เป็นลม **มีดิน มีน้ำ มีไฟ มีลม ผสมกันเข้าไปเป็นก้อนก็เรียกว่ามนุษย์** เมื่อมันแยกกันออกไปอีก ส่วนดินก็เป็นดินไป ส่วนน้ำก็เป็นน้ำไป ส่วนไฟก็เป็นไฟไป ส่วนลมก็เป็นลมไป เป็นคนที่ไหน คนไม่มีเลย มันเป็นอยู่อย่างนั้น

พระพุทธเจ้าจึงสอนว่า ไม่มีอะไรยิ่งไปกว่าการที่เราเข้าใจว่าอันนี้ไม่ใช่ตัวเรา แต่เป็นของสมมุติ อันนั้นไม่ใช่ของของเรา แต่เป็นของสมมุติ ถ้าเราเข้าใจสิ่งทั้งหลายแจ่มแจ้งเป็นธรรมะแล้ว ก็จะสบายใจ ถ้าเรารู้ในปัจจุบันอย่างนี้ว่า มันไม่เที่ยง อันนี้ก็ไม่ใช่เรา อันนั้นก็ไม่ใช่ของเรา ให้เห็นอยู่อย่างนี้ ถ้าอันนี้วิบัติเมื่อไรก็สบายใจเหมือนกัน ถ้าอันนั้นจะวิบัติไปแยกกันไปเมื่อไร ใจก็สบาย เพราะไม่มีของใคร เป็นแต่ดิน น้ำ ไฟ ลม เท่านั้น แต่คนเราจะเห็นตามได้ยาก แต่ถึงจะยากก็ไม่เหลือวิสัยของมนุษย์

หากเราเห็นเช่นนั้นได้ก็สบายใจ ใจจะไม่ค่อยโกรธ ไม่มีโลภ ไม่มีโกรธ ไม่มีหลง จะมีธรรมะอยู่สม่ำเสมอ ไม่ต้องอิจฉาพยาบาทกัน เพราะต่างก็เป็นดิน เป็นน้ำ เป็นไฟ เป็นลม เหมือนกัน ไม่มีอะไรมากไปกว่านั้น

เมื่อยอมรับว่าเป็นจริงอย่างนั้น ก็เห็นจริงในธรรมะ เมื่อเห็นจริงในธรรมะแล้วก็ไม่ต้องเปลืองครูบาอาจารย์ ไม่ต้องสอนกันทุกวันหรอก เมื่อรู้แล้วก็จะทำตามหน้าที่เท่านั้น แต่เดี๋ยวนี้ที่เราสอนยากลำบากคือ มันไม่ยอมรับ ยังเถียงครูบาอาจารย์อยู่ ยังเถียงพระธรรมวินัยอยู่ ถ้าอยู่ใกล้ครูบาอาจารย์ก็ทำดีเสียหน่อยหนึ่ง เมื่อลับหลังครูบาอาจารย์ก็เป็นขโมยเสีย เป็นเรื่องที่สอนยากอย่างนี้ โยมเมืองไทยเป็นอย่างนั้น จึงต้องเปลืองครูบาอาจารย์มาก

ระวังนะ ระวังไม่ดีไม่เห็นธรรมะนะ ต้องระวังให้ดี ต้องนำไปพิจารณาให้เกิดปัญญา ดอกไม้นี้สวยไหม ดูซิ เห็นสิ่งที่ไม่สวยในนี้หรือเปล่า เห็นสิ่งที่ไม่สวยในสิ่งที่สวยหรือเปล่า มันจะสวยไปกี่วัน ต่อไปมันจะเป็นอย่างไร ทำไมมันเปลี่ยนแปลงไปอย่างนั้น อีก ๓ - ๔ วัน ก็ให้เอาไปทิ้งใช่ไหม เพราะ

หมดความสวย มันไม่สวยเสียแล้ว นี่คือคนติดความสวย ติดความดี ถ้ามีความดีก็ดี ดี ดี

พระพุทธองค์ของเราท่านตรัสว่า สวยก็พึงว่าสวยเฉยๆ อย่าไปติดมัน ถ้ามีความดี ใจก็อย่าเพิ่งไปเชื่อมันเลย ที่ว่าดีนี้ก็ไม่แน่ สวยนี้ก็ไม่แน่ ไม่แน่สักอย่างหนึ่ง ไม่มีอะไรจะแน่นอนในโลกนี้ นี่คือความจริง **ของที่ไม่จริงคือสวยไม่จริง มันจริงแต่ว่ามันจะเปลี่ยนแปลงของมันอยู่อย่างนั้นตลอดเวลา**

ถ้าเราเห็นว่ามันสวยๆอย่างนี้ เมื่อหมดความสวยไปใจเราก็ไม่สวย ถ้ามันหมดความดีแล้วใจเราก็ไม่ดีด้วย เราเอาใจไปฝากกับวัตถุต่างๆอย่างนี้ หากว่ามันเสียหายไปเราก็ทุกข์ เพราะเราไปยึดมั่นถือมั่นว่าอันนี้เป็นของเรา พระพุทธเจ้าท่านให้รู้จักว่ามันเป็นธรรมชาติของมันเท่านั้น สวยเกิดขึ้นมาอีกไม่กี่วันก็หายแล้ว อย่างนี้ปัญญาก็เกิดแล้ว ฉะนั้นท่านจึงให้เห็นอนิจจัง เห็นว่ามันสวยก็ว่าไม่ใช่ เห็นว่าไม่สวยก็ว่าไม่ใช่ เห็นว่าดีก็ไม่ใช่ ให้เห็นไว้อย่างนี้ ดูอยู่เสมออย่างนี้ จะเห็นความจริงในสิ่งที่ไม่จริง จะเห็นความไม่เปลี่ยนแปลงในสิ่งที่มันเปลี่ยนแปลงอย่างนั้น

วันนี้อธิบายให้รู้จักทุกข์ สิ่งที่ให้เกิดทุกข์ สิ่งที่ดับทุกข์ ข้อปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ สี่อย่างนี้ รู้จักทุกข์ เมื่อทุกข์แล้วก็ทิ้ง รู้จักเหตุที่จะให้ทุกข์เกิด แล้วก็ทิ้ง ปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ ก็เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เป็นของไม่แน่นอน ทุกข์แล้วก็ดับ มันดับแล้วจะไปอยู่ที่ไหน เราปฏิบัติแล้วจะเอาอะไร ปฏิบัตินี้ปฏิบัติเพื่อละ ไม่ใช่เพื่อเอา อย่างโยมที่ถามเมื่อกลางวันนี้ว่าเป็นทุกข์ อาตมาถามว่าโยมอยากเป็นอะไร ตอบว่าอยากตรัสรู้ธรรม อยากตรัสรู้ธรรมมันไม่ได้ตรัสรู้ดอก อย่าให้มันอยากเลย อาตมาบอกไป จะรู้หรือไม่ก็ตามเถอะ

เมื่อรู้จักทุกข์ตามความจริงมันก็ทิ้งทุกข์ รู้จักเหตุให้ทุกข์เกิด ที่ไหนทุกข์จะเกิดก็ไม่ทำมัน จะปฏิบัติมันก็ดับทุกข์ ที่ปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์ อันนี้ก็ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน ใช่เรา ใช่เขา เห็นเช่นนี้ทุกข์ก็ดับ เหมือนคนเดินทางไป เดินไป ไปถึงแล้วก็หยุดอยู่ มันดับ นั่นใกล้ต่อพระนิพพาน ง่ายๆ **เดินไปก็เป็นทุกข์ ถอยกลับก็เป็นทุกข์ หยุดอยู่ก็เป็นทุกข์ เดินไปก็ไม่เดิน ถอยกลับก็ไม่ถอย หยุดอยู่ก็ไม่หยุด** มีอะไรเหลือไหม ดับ รูปมันดับ นามมันก็ดับ นี้เรียกว่าดับทุกข์ ฟังยากสักหน่อยนะ

ถ้าหากเราภาวนาพิจารณาเรื่อยๆมันจะพ้นขึ้นมา แล้วจะรู้จัก มันจะดับของมันอย่างนั้น ที่สุดคำสอนพระพุทธเจ้าเป็นอย่างนั้น **หมดล่ะ ไม่เป็นอะไรละ หมด พระพุทธเจ้าสอนจบตรงนี้ ละหมด จบลงที่นี่**

วันนี้อธิบายธรรมะให้ญาติโยมและถวายท่านอาจารย์ ถ้าหากว่าผิดพลาดประการใดขออภัยด้วย แต่อย่าเพิ่งเข้าใจว่ามันผิดมันถูก ฟังไว้ก่อน ให้รู้จักผิด รู้จักถูก ถ้าเหมือนกับเอาผลไม้ชนิดหนึ่งถวายท่านอาจารย์และฝากญาติโยมทุกๆคน อาตมาบอกว่าผลไม้นี้มันหวานนะ ก็ขอให้ฟังไว้ก่อน อย่าเพิ่งเชื่อว่ามันหวานล่ะ เพราะเมื่อไม่รู้จักรสผลไม้ที่มันเปรี้ยว เอามือจับมันก็ไม่รู้เปรี้ยว ผลไม้นี้มันหวาน ถวายให้จับดู มันก็ไม่รู้หวาน ฉะนั้นที่เทศน์ให้ฟังวันนี้อย่าเพิ่งเชื่อ ถ้าอยากจะรู้จักรสเปรี้ยวหวานของผลไม้ ก็ต้องเอามีดไปเฉือนแล้วเคี้ยวดูในปากนั้นแหละ หากมันเปรี้ยวก็จะรู้สึกเปรี้ยว หากมันหวานก็จะรู้สึกหวาน ทีนี้เชื่อได้แล้ว เพราะเหตุใดจึงเชื่อ เพราะว่าเป็น *ปัจจัตตัง* แล้ว มีพยาน ตัวเราจะเป็นพยานของตัวเราแน่นอนแล้วทีนี้ ฉะนั้น ผลไม้ที่อาตมาฝากให้วันนี้อย่าเพิ่ง

เอาไปทิ้ง เก็บไว้ทานให้รู้รสเปรี้ยวหวานเสียก่อน จนเป็น *สิขีภูโต* ตัวเราเป็นพยานของเราแล้วแน่นอน

พระพุทธเจ้าไม่มีครูไม่มีอาจารย์นะ อุปกาชีวกไปถามท่านว่า ใครเป็นครูเป็นอาจารย์ของท่าน พระพุทธองค์ตรัสตอบว่า เราไม่มีครู ไม่มีอาจารย์ อุปกาชีวกก็สะบัดหน้าไปเลย คือบอกความจริงเกินไป บอกความจริงกับคนไม่รู้จักความจริง ไม่เชื่อ ไม่รู้จักฟัง ไม่รู้จักเอา ฉะนั้นวันนี้อาตมาถึงบอกว่าอย่าเพิ่งเชื่อ อย่าเพิ่งไปเชื่อ คนไปเชื่อคนอื่นเขาท่านว่าคนโง่ เพราะไม่มีพยานในตัวของเรา ดังนั้นให้ยึดพยานในตัวของเราอย่างนั้น พระพุทธเจ้าจึงตรัสเลยว่า พระพุทธองค์ไม่มีครู ไม่มีอาจารย์ อย่างนี้เป็นความจริง แต่เราคิดให้ถูกนะ ถ้าคิดไม่ถูกแล้วไม่เคารพอาจารย์นะ ไม่มีครู ไม่มีอาจารย์ อย่าไปว่านะ ถ้าครูอาจารย์สอนถูกมาแล้ว เรารู้จักปฏิบัติ เห็นถูก เห็นผิด รู้ขึ้นมาตามครูบาอาจารย์

วันนี้พวกเราทั้งหลายมีโชคดี อาตมามีโอกาสรู้จักญาติโยมทุกๆคน และได้พบกับท่านอาจารย์ ไม่น่าจะมาเห็นกันนะ เพราะอยู่ไกลกันมาก วันนี้อาตมาเห็นว่าจะต้องมีเหตุ

ปัจจัยอันหนึ่ง ซึ่งพระพุทธองค์ตรัสว่า อะไรที่จะเกิดขึ้นมาจะต้องมีเหตุอย่างนี้ อย่าลืมนะจะต้องมีเหตุอันหนึ่ง บางทีสมัยก่อนอดีตชาติอาตมาได้มาเป็นพี่ๆน้องๆของญาติโยมแถวๆนี้ก็เป็นได้ ถ้าพูดถึงเหตุมันเป็นอย่างนั้น คนอื่นไม่ได้มา แต่อาตมาได้มา ทำไม หรือว่าจะมาสร้างเหตุเดี๋ยวนี้ก็ได้

ฉะนั้นจึงฝากธรรมไว้ให้ญาติพี่น้องทั้งหลาย คนแก่ก็เป็นพ่อเป็นแม่ คนมีอายุเสมอๆกันก็เป็นเพื่อน คนอายุน้อยๆก็เป็นลูกหลาน ทุกๆคนขอฝากความอาลัยไว้ ณ ที่นี้ ญาติโยมทั้งหลายจงเป็นผู้ขยันขันแข็ง หมั่นในข้อประพฤติปฏิบัติ ไม่มีอะไรแล้วจะยิ่งกว่าธรรมะ ธรรมะนี้เป็นเครื่องที่ค้ำจุนโลกเหลือเกิน ทุกวันนี้เราจะไม่สบายกระสับกระส่ายก็เพราะไม่มีธรรมะ ถ้าเรามีธรรมะก็จะสบาย อาตมาก็ดีใจที่ได้ช่วยท่านอาจารย์และช่วยญาติโยมด้วย จึงขอฝากความอาลัยไว้ บางทีพรุ่งนี้คงได้จากไป ไปที่ไหนก็ยังไม่ทราบ อย่างนี้เป็นเรื่องธรรมดา มาแล้วก็ต้องไป ไปแล้วก็ต้องมา มันเป็นเรื่องอย่างนี้ ไม่ควรดีใจและไม่ควรเสียใจ **สุขแล้วก็ทุกข์ ทุกข์แล้วก็สุข ได้แล้วก็เสียไป เสียไปแล้วก็ได้มา เป็นเรื่องธรรมดา** ญาติโยมจงเข้าอยู่ในธรรมะ จะไม่มีความเดือดร้อน

ทุกๆคน ผลที่สุดนี้ **ขอให้ญาติโยมทั้งหลายเป็นคนมีโชคดี โชคอย่างใหญ่หลวง คือโชครู้จักธรรมะ นั่นแหละเป็นโชคดีที่สุดแล้ว**

ในวาระสุดท้ายญาติโยมทุกคนมีความสงสัยอะไรในใจ ให้ถามปัญหาได้ มีไหมล่ะ สมัยก่อนครั้งพุทธกาลเรื่องสาวกไม่ชอบพระพุทธเจ้าก็มี เพราะพระพุทธเจ้าบอกให้ขยัน ไม่ให้ประมาท สาวกที่ขี้เกียจ กลัวและเกลียด เมื่อคราวที่พระพุทธเจ้าปรินิพพาน สาวกกลุ่มหนึ่งร้องไห้ว่า พระพุทธเจ้าของเราปรินิพพานแล้ว จะไม่มีใครเป็นครูเป็นอาจารย์สอนเรา สาวกกลุ่มนี้ก็โง่ สาวกอีกกลุ่มหนึ่งยกมือสาธุ พระพุทธเจ้าตายแล้ว เราสบาย ไม่มีใครบังคับเรา กลุ่มที่สามเมื่อพระพุทธองค์ปรินิพพานแล้วก็สบายใจ ปล่อยสลดสังเวชในสังขารนี่ มีกลุ่มหนึ่ง กลุ่มสอง กลุ่มสาม เราจะเอากลุ่มไหนล่ะ จะเอากลุ่มสาธุหรือจะเอากลุ่มไหน กลุ่มหนึ่ง เมื่อพระพุทธองค์ปรินิพพานแล้วก็ร้องไห้ นี่คือคนที่ไม่ถึงธรรมะ กลุ่มที่สองนั่นเกลียด ไปทำอันนี้ก็ไม่ได้ ทำอันนั้นก็ไม่ได้ ผิดทั้งนั้น กลัวท่านจะดุเอา กลัวท่านจะว่าเอา เมื่อท่านปรินิพพานแล้วสบายใจ ทุกวันนี้เช่นกัน บางทีท่านอาจารย์อาจจะมีลูกศิษย์

เกลียดเหมือนกันละนะ เกลียดอยู่ในใจอดไว้ คนมีกิเลสก็ต้องเป็นทุกคน แม้แต่พระพุทธองค์ยังมีสาวกรังเกียจ อาตมามีลูกศิษย์รังเกียจเหมือนกัน ไปบอกให้เขาทิ้งความชั่ว เขาเสียดายความชั่ว เขาก็เกลียดเรา อย่างนี้ก็มีเยอะ

ฉะนั้นปัญญาชนทั้งหลาย ให้พากันตั้งอยู่ในธรรมะให้แน่นหนา เอาล่ะ

รู้แจ้งโลก

พระโพธิญาณเถร (หลวงพ่อชา สุภัทโท)

แสดงแก่อุบาสก อุบาสิกา ชาวกรุงเทพมหานคร



รู้แจ้งโลก

จะปฏิบัติธรรมอย่างไร คนเราไม่รู้จัก นึกว่าการเดินจงกรม นึกว่าการฟังธรรม นึกว่าการนั่งสมาธิ เป็นการปฏิบัติ นั่นเป็นส่วนน้อยก็จริงอยู่ แต่มันเป็นเปลือกของมัน **การปฏิบัติจริงๆก็ปฏิบัติเมื่อประสบกับอารมณ์ นั่นแหละการปฏิบัติแล้ว** ที่มันประสบอารมณ์อยู่นั้น เช่นมีอะไร มีคนมาพูดไม่ถูกใจนะ เราเป็นทุกข์ขึ้นมา ถ้าคนพูดให้ถูกใจเรา เราก็เป็นสุข ตรงนี้แหละ ตรงที่จะปฏิบัติ เราจะปฏิบัติอย่างไร อันนี้สำคัญ ถ้าเราไปวิ่งกับสุข ไปวิ่งกับทุกข์ มัวไปวิ่งกับสุข ไปวิ่งกับทุกข์อยู่นั่น จะวิ่งตลอดจนถึงวันตายก็ไม่พบธรรมะ นี่ก็อยู่ไม่ได้ **เมื่อรู้จักสุขทุกข์ทั้งสองนี้ขึ้นมาเมื่อไร เราจะแก้ไขปัญหาอย่างไรโดยธรรมะ นี่คือการปฏิบัติ**

โดยมากคนที่ได้ของที่ไม่ชอบใจ ไม่อยากจะพิจารณา อย่างคนนินทาว่าเรา **"อย่ามาว่าฉัน มาว่าฉันทำไม"** นี่คือ คนปิดตัวไว้ **ตรงนั้นแหละต้องปฏิบัติ** ถ้าเขาว่าเราไม่ดี เขา นินทาเรานี่ควรฟัง **"เขาว่าถูกหรือผิดอะไรหนอ"** ไม่ดีตรง ไหน เราควรรับฟัง ไม่ต้องปิด ปล่อยเข้ามาให้ดูไว้ บางทีก็มี นะที่เราไม่ดีนั่นน่ะ เขาว่าถูกยังไปโทษเขาอีก นี่ ทีนี้เรามาดู ตัวเรา เราเห็นที่ไหนมันไม่ค่อยดี เราก็เขี่ยมันออกเสีย เขี่ย โดยไม่ให้ใครรู้จักนั่นแหละ เขี่ยสิ่งที่ไม่ดีออกเสีย มันก็ดีขึ้น มาอีก นี่คือคนมีปัญญา

สิ่งที่มันวุ่นวาย สิ่งที่มันไม่สงบ อยู่ตรงนั้นแหละ มันเป็นเหตุ สิ่งที่สงบอยู่ก็ตรงนั้นเอง เราเอามันแทนที่เข้า ไป ที่มันไม่สงบนั่นไง นี่บางคนไม่รับฟัง ทิฏฐิมันแรง เราทำ อย่างนั้นจริงๆ ก็ไปเถียงเขาอีกนะ ยิ่งกับลูกเราแล้ว ความ เป็นจริงบางอย่างมันถูกของเขา แต่เราเข้าใจว่าเราเป็น แม่เขา ไม่ยอมมัน อย่างนี้ก็มี อย่างเราเป็นครูคนนี่ บางที ลูกศิษย์นะเขาพูดถูก แต่ว่าเราไม่ยอมมัน ทำไม เพราะว่า เราเป็นครูเขา เขาจะเถียงเราได้อย่างไร นี่คืออย่างนี้ มันคิดไม่ถูก

ในครั้งพุทธกาล มีสาวกองค์หนึ่งท่านมีปัญญามาก พระพุทธเจ้าก็เทศน์ธรรมะให้ฟัง เทศน์ไปเรื่อยๆ ท่านก็ฟังไปเรื่อยๆ พระพุทธเจ้าถามว่า **"ท่านพระสารีบุตร ท่านฟังธรรมนี้ท่านเชื่อไหม" "เกล้ากระผมยังไม่เชื่อ"** พระพุทธเจ้าชอบใจเลย **"เออ! ดีแล้ว ท่านมีปัญญา คนที่มีปัญญาไม่ควรเชื่อง่าย ต้องรับอันนี้ไปพิจารณาดูเหตุผลกันก่อนจึงเชื่อ"** นี่แหละ ธรรมที่เป็นครูสอนคนอย่างดีทีเดียว คือความเป็นจริง มันถูกของท่านพระสารีบุตร ที่ท่านพูด เอาใจจริงมาพูดให้ฟังเลย

บางคนก็ว่า ถ้าจะพูดว่าไม่เชื่อ ก็ดูเหมือนจะฝ่าฝืนอำนาจพระพุทธเจ้า กลัว ก็เลยกลัวในสิ่งที่ไม่ควรกลัว ก็เลยว่าถูกตามกันไปหมด นี่โลกของเรามันเป็นอย่างนี้

พระพุทธเจ้าของเราตรัสว่า สิ่งที่ไม่ผิด ไม่เป็นบาปไม่ต้องอายเลย เพราะเรายังเชื่อไม่ได้ เราพิจารณาไม่ได้ เรายังไม่เชื่อ พระสารีบุตรจึงพูดว่า **"ข้าพระองค์ยังไม่เชื่อ"** พระพุทธเจ้าชอบใจ **"องค์นี้มีปัญญามาก ให้ไตร่ตรองดูเหตุผลก่อนจึงเชื่อ"** พระสารีบุตรนี้มีปัญญา อันนี้เป็นคติของผู้ที่เป็นครูเป็นอาจารย์ของคนเป็นอย่างดี บางทีความรู้เราได้จากเด็กๆก็มีนะ เราอย่าไปถือไปยึดมั่นอะไรทั้งหลายเลย

ที่เราเกิดมา จะยืน จะเดินไปมา จะนั่งที่ไหน เวลานั้นเรียกว่าเราศึกษาทุกอย่าง เราศึกษาตามธรรมชาติ รูปก็ดี เสียงก็ดี กลิ่นก็ดี รสก็ดี โผฏฐัพพะก็ดี เราต้องฟัง ต้องรับฟัง คนมีปัญญาต้องรับฟังข้อประพฤติปฏิบัตินั้น ก็ท่านปฏิบัติให้มันหมดเรื่อง ถ้าเรามีความชอบใจ ไม่รู้เท่าความชอบใจ ไม่รู้เท่าความไม่ชอบใจ นี่เรายังมีเรื่อง **ถ้าเรารู้เท่ามันแล้ว ความชอบใจความสุขนี้ก็ไม่มีอะไร สักแต่ว่าความรู้สึก แล้วมันก็หายไป ไม่ชอบใจนี้ ก็ไม่มีอะไรมากมาย สักแต่ว่าความรู้สึกเท่านั้น แล้วมันก็หายไป** จะเอาอะไรกับมันเล่า ถ้าเรานึกว่าสุขนั้นเป็นของเรา ทุกข์นั้นเป็นของเรา มันก็ทุกข์ยากลำบากไปเท่านั้นแหละ มันหมดเรื่องจบเรื่องไม่ได้ ปัญหาอันนี้มันก็เกิดต่อๆๆๆไปเรื่อยๆ นี่มันเป็นเช่นนี้ หลักความจริงมันก็เป็นเช่นนี้

แต่ว่าเราสอนกัน ไม่ค่อยพูดกันถึงเรื่องจิตใจ ไม่ค่อยพูดกันถึงเรื่องความจริง ถ้าเอาความจริงมาพูดกันคนจะไม่ชอบด้วยซ้ำ เขาว่าไม่รู้จักกาละเทศะ ไม่รู้จักประสีประสาอะไรต่ออะไร ฟังธรรมนี่ต้องรับฟังคือ **ธรรมะนี้ไม่ใช่ว่าท่านเอาความจำมาพูด ท่านเอาความจริงมาพูด** คนทางโลกนี่

มันเอาความจำมาพูดกัน แล้วก็ไปพูดในแง่ที่ว่า ยกหูชูหางขึ้นไป เช่นว่าเรานี่พรากกันมานานแล้วนะ จากกันไปอยู่ต่างประเทศ หรือจากกันไปอยู่ต่างจังหวัดกันมานาน อีกวันหนึ่งเผอิญไปขึ้นรถไฟพบกันเข้า **"แหม! ผมดีใจเหลือเกิน ผมนึกว่าจะไปเยี่ยมคุณอยู่เร็วๆนี้"** อันนี้ไม่ใช่ความเป็นจริง ไม่เคยนึกเลย แต่ไปพูดขึ้นเดี๋ยวนั้นแหละ ไปปรุงขึ้นเดี๋ยวนั้นแหละ คนมันชอบเป็นอย่างนี้ โกหก โกหกโดยไม่รู้ตัวเจ้าของ นี่ธรรมะมันเป็นเช่นนี้ ถึงว่าพระนี่ท่านพูดยาก เมื่อท่านพูดท่านเอาความจริงมาพูดให้ฟัง พูดไป พูดไปเถอะ คนฟังก็ไม่เข้าใจ เข้าใจยาก **ถ้าเราเข้าใจธรรมะ เราก็ได้ปฏิบัติในส่วนของธรรมะ** ไม่ถึงกับว่าจะต้องมาบวชก็ได้ ถ้าเราเข้าใจ แต่การบวชนี่มันเป็นรากฐานโดยตรง ผู้จะมาปฏิบัติโดยตรงต้องออกมาอยู่ในป่า ต้องสละครอบครัว ต้องสละสมบัติ มันถึงไม่กังวล **การเข้ามาอยู่ในป่าหรือในที่สงัดนั้น เป็น *เครื่องปฏิบัติโดยตรง***

บัดนี้ถ้าเรายังมีครอบครัวอยู่ ยังมีภาระอยู่ ทำอย่างไรจึงจะปฏิบัติได้ บางคนก็นึกว่าเราปฏิบัติไม่ได้ล่ะ "พระกับโยมในโลกนี้ ในประเทศไทยเรานี้ ใครมากกว่ากัน?" "โยม"

นั่น ส่วนพระมาปฏิบัติเท่านี้ โยมนั่นไม่ปฏิบัติมันก็วุ่นวายเท่านั้นเอง นี่คือ เรายังเข้าใจผิด... **"ผมยังบวชไม่ได้"** ...ไม่ใช่บวชหรอก ไม่ใช่การบวช บวชมาแล้วก็ไม่ได้อะไร ถ้าเราไม่ปฏิบัติ ก็เป็นอย่างเก่านั่นแหละ ก็เสียไปอย่างนั้น

ถ้าเราคิดถูก แม้จะทำอะไรอยู่ที่ไหนก็ช่างเถอะ เป็นครู เป็นอาจารย์ เป็นข้าราชการ ทำหน้าที่การงานที่ไหนก็ตาม **ถ้าเรารู้เรื่องของเรื่องอันนี้ จะได้รับการอบรมทุกวินาทีเราได้ปฏิบัติ** บางคนเข้าใจว่า **"โอ๊ย! ฉันเป็นฆราวาสทำไม่ได้หรอก"** นี่คือมันหลงเตลิดเปิดเปิงไปทั้งร้อยเปอร์เซ็นต์เลย อย่างอื่นทำไมทำได้ อย่างอื่นทำได้ อะไรที่ไม่มี เราก็หาได้ เพราะเราอยากได้ เราก็ทำได้

"ผมไม่มีเวลาเลย ผมมีแต่การงาน" **"เอ้า!ทำไมคุณมีเวลาหายใจล่ะ"** นี่เป็นเรื่องอย่างนี้ ทำไมคุณจึงมีเวลาหายใจ หาเวลามาจากไหน แน่ะ! เพราะเรื่องการหายใจเป็นเรื่องสำคัญในชีวิตของคุณ ถ้าคุณเห็นว่าเรื่องการปฏิบัตินี้เป็นเรื่องสำคัญในชีวิตของคุณแล้ว **การปฏิบัติของคุณก็เสมอลมหายใจเท่านั้นแหละ** ก็เพราะการปฏิบัตินี้มิใช่ว่าจะไปวิ่ง

หรือไปเล่นกีฬา หรือจะต้องออกกำลังกาย หรือจะไปทำอะไรให้มันวุ่นวาย เราดูความรู้สึกของเรา นี่มันเกิดมาจากเหตุใด ตาเห็นรูป หูฟังเสียง จมูกดมกลิ่น ลิ้นลิ้มรส อะไรมาก็รวมกันมาที่ผู้รู้ คือ จิตนี้มีความรู้ขึ้น มันเป็นอย่างไร ถ้ามันไม่ชอบใจมันก็ไม่เอา เป็นทุกข์ ถ้ามันชอบใจมันก็เอา เป็นสุขเสีย เรื่องเท่านี้แหละ

ทีนี้เราลองคิดว่า ถ้าคุณอยู่ในโลกนี้ คุณจะไปเอาสุขที่ไหน จะไปหาคนในโลกนี้มาพูดให้ถูกใจจนตลอดชีวิตเราจะได้ไหม ไม่ได้ ไม่ได้คุณจะไปอยู่ที่ไหน โลกนี้มันต้องเป็นอยู่อย่างนี้ ท่านจึงตรัสว่า *โลกวิทู* รู้แจ้งโลก พระพุทธเจ้าท่านสอนให้รู้ พระพุทธเจ้าก็อยู่อย่างนี้ ไม่ใช่ท่านจะไปอยู่ที่ไหน ท่านก็อยู่ในโลกนี้ มีครอบมีครัว ท่านจึงพิจารณาจนมันเบื่อ จนเห็นโทษมัน แล้วทำอย่างไรเราจะปฏิบัติได้ ถ้าคุณจะปฏิบัติได้ คุณต้องพยายาม เมื่อคุณพยายามไปเรื่อยๆ คุณเข้าไปเห็นโทษในสิ่งนั้นแน่นอนแล้ว คุณก็วางมันได้เท่านั้นเอง

อย่างคนดื่มเหล้านี้ "แหม! ผมเลิกไม่ได้เหล้านี่" จะทำอย่างไรก็ไม่ได้ ยังไม่เห็นโทษของมันซี ถ้าคุณไปเห็นโทษของมันอย่างชัดเจนแล้ว ไม่ต้องมีใครสอนหรอก ยังไม่เห็นโทษพอที่จะละมัน ไม่เห็นอานิสงส์ที่จะเกิดขึ้นมาได้ การงานอันนั้นจึงไม่สำเร็จประโยชน์ เอาเล็บเขี่ยเล่นอยู่เฉยๆ ถ้าเราเห็นโทษของมันอย่างชัดเจน เห็นอานิสงส์ของการละมันอย่างชัดเจน เออ! เช่น คุณไปสุ่มปลา สุ่มไปเถอะ รู้สึกว่ามีอะไรอยู่ในสุ่มของเรา มันดังคึกคักๆ เรานึกว่าปลาเอามือล้วงลงไป ไปเจอสัตว์อีกชนิดหนึ่งที่มันอยู่ในน้ำ ตาไม่เห็นแต่มีความรู้สึกในใจของเรา นึกว่าเป็นปลาไหลบ้าง นึกว่าเป็นงูบ้างนะ จะทิ้งมันก็เสียดายมัน หากว่ามันเป็นปลาไหลแล้วก็เสียดายจะจับไว้ ถ้าหากว่ามันเป็นงูมันก็จะกัดเอา นี่เข้าใจไหม สงสัยอยู่ ไม่ชัดเจน ไอ้ความอยากนี่มันมากอุตส่าห์จับไว้เผื่อมันจะเป็นปลาไหลนะ พอโผล่ขึ้นมาพ้นน้ำเห็นแลกคอมันลาย วางเลย ไม่มีใครมาบอกว่า "อันนั้นงูวางๆ" ไม่มีใครบอกหรอก มันบอกมันเอง ยิ่งชัดกว่าเราบอกเสียด้วย เพราะอะไร เพราะเห็นโทษว่างูมันกัดเป็นใครจะไปบอกมัน จิตนี้ ถ้าเราฝึกมันแล้ว รู้เช่นนั้นแล้วมันไม่เอาหรอก

นี่เราไม่ค่อยฝึกกันนะ ฝึกในทางอื่นไม่ค่อยฝึกเรื่องนี้ มันก็เลยไม่แก่กัน ไม่ตายกัน พูดแต่เรื่องไม่แก่ไม่ตายกันเรื่อยๆ อันนี้มันเก็บความรู้สึกไว้ในธรรมกันไม่ได้ ไม่ได้ปฏิบัติเลย ถึงไปฟังธรรมะก็ไปฟังกัน แต่ไม่ได้ฟัง คือไปถึงที่นั้นฟังอยู่ข้างนอกนี่ บางทีในสังคมใหญ่ๆนิมนต์อาตมาเทศน์ ไม่อยากเทศน์หรอก รำคาญในใจ ทำไมไม่อยากจะเทศน์ เพราะไม่เกิดประโยชน์ เพราะเมื่อมองๆดูคนในที่นั้น ไม่ใช่คนที่จะเตรียมตัวมาฟังธรรม ดื่มเหล้ามาบ้าง สูบบุหรี่บ้าง คุยกันบ้าง อะไรต่ออะไรบ้าง มันไม่เป็นลักษณะของคนที่มีศรัทธาที่จะมาฟังธรรม ก็คิดว่าไปเทศน์ที่นั้นก็เรียกว่าประโยชน์มันน้อย หรือไม่มีประโยชน์เลย คนที่ยังมั่วสุมอยู่ในความประมาท เขาก็คิดว่า **“แหม! เทศน์นานเกินไป ทำนั่นก็ไม่ให้ทำ”** มันคิดอยู่อย่างนี้ เขาไม่ได้ฟังธรรมหรอก บางทีเขานิมนต์พระเทศน์เป็นพิธีเสียด้วย **“นิมนต์พระคุณท่านสักนิด”** ...เขาไม่ให้เทศน์มากหรอก รบกวนเขา **“นิมนต์พระคุณท่านสักนิดหนึ่ง”** เราฟังแค่นี้เราก็เข้าใจแล้ว พวกนี้ไม่ชอบฟังธรรม เขารำคาญ พระเทศน์นิดเดียวก็ไม่เข้าใจกัน อย่างเอาของนิดๆหน่อยๆให้เรา มันพอไหม มันยังไม่พอ

บางทีพระอุตส่าห์เทศน์ไปหนักๆสักหน่อย ก็มีคนเมาๆ อยู่ข้างๆ นิมนต์ว่า **“เฮ้ย! ให้ทางท่าน ให้ทางท่านบ้าง ท่านจะออกมาแล้ว”** ไล่พระอยู่นั่น ถ้าอาตมาเห็นชนิดนี้ ไปพบชนิดนี้ ก็มีปัญญามาก ซึ่งในธรรมะ ซึ่งในจิตใจของคนเรา อันนี้เรียกว่า มันไปอุดอยู่ตรงนี้ คล้ายๆกับว่า น้ำในขวดเรามันมีเต็มอยู่ เขาจะมาขอน้ำจากเราทั้งๆที่น้ำในขวดของเขาก็ยังเต็มอยู่ เราจะเอาน้ำของเรารินลงไปมันก็ไม่มีที่เก็บ มันล้นออกมา ถ้าเห็นอาการมันเป็นอย่างนั้น ปัญญาก็เห็นไปอย่างนั้น ก็ไม่มีเวลา ไม่มีโอกาส และไม่สมควร เพราะน้ำในขวดนั้นยังเต็มอยู่ ที่เก็บน้ำมีอยู่แล้ว เต็มอยู่แล้ว เราจะเอารินลงไปอีกนี่มันก็ล้นไปหมด ประโยชน์มันไม่มีแล้ว นี่ประโยชน์ไม่มี

ถ้าหากว่าในขวดเขามันว่างๆอยู่ มาขอน้ำกะเรา เราจับขวดน้ำเทลงไป คนที่เก็บน้ำก็สบาย คนให้ก็สบายใจ มันมีที่เก็บน้ำ อย่างคนที่ฟังธรรมะก็ฟัง นั่งฟังเข้าใจธรรมะจริงๆ เราก็มีกำลังใจ มีสมาธิ มีความมั่นใจ เทศน์ให้ฟังก็เหมือนกัน **ถ้าหากว่าไม่มีคนตั้งใจฟัง ก็เหมือนเทน้ำใส่ขวดที่มันบรรจุน้ำอยู่แล้วเต็มๆนั่นแหละ** ไม่รู้จะทำไปทำไม ไม่รู้จะเทไป

ทำไมนะ พลังของจิต พลังของธรรมะนี้ ก็ไม่วิ่งขึ้นมาสู่ความรู้อันนี้ เพราะว่าผู้ให้ก็ไม่ตั้งใจให้ เพราะคนรับไม่ตั้งใจรับ มันเป็นเสียเช่นนี้

โดยมากทุกวันนี้มันก็ชอบเป็นเสียอย่างนั้นกัน แล้วมันไม่เป็นอยู่เท่านี้ มันทวีขึ้นไปเรื่อยๆ ไม่ใช่มันจะหยุดอยู่แค่นี้ อันนี้มันเป็นอยู่ในความรู้สึกของมนุษย์ทุกวันนี้ คือไม่ค้นหาความจริงกัน อย่างการร่ำการเรียน การหาวิชาความรู้ เขาก็หาแต่เพียงไปเป็นอาชีพของเขาเท่านั้นแหละ เพื่อจะเลี้ยงชีวิตไป เลี้ยงครอบครัวไป เลี้ยงอัตตภาพไปเท่านั้นแหละ เรียนเพื่ออาชีพนะ แต่เพื่อสัมมาอาชีพ ให้มันเป็นธรรมะน่ะที่ให้เข้าอกเข้าใจในธรรมะมันน้อย มันมีอยู่แต่มันน้อย

ดังนั้นพวกนักเรียนทุกวันนี้ มันจึงมีความรู้หลักการวิชาการดีกว่าสมัยโบร่ำโบราณที่เราเคยทำกันมา ตลอดถึงเครื่องมือเครื่องใช้อะไรต่างๆ มันครบบริบูรณ์แล้ว จะทำอะไรสะดวกกว่า มีความรู้มากกว่าแต่ก่อน แต่คนสมัยนี้ก็วุ่นวายกว่าแต่ก่อน เป็นทุกข์กว่าแต่ก่อน มันเป็นเช่นนั้น

นี่ไม่ใช่เพราะอื่นใด เพราะเขาพยายามว่าเขาเรียนมาเพื่ออาชีพเท่านั้น นักบวชทุกวันนี้ที่เป็นเด็กรุ่นๆ เคยได้ถามบวชมาแล้วทำไมไม่ปฏิบัติ **"ผมบวชมาเพื่อเรียนหนังสือ ผมไม่ได้บวชมาปฏิบัติธรรมวินัย"** นี่มันไปรูปนี้ ไม่ได้บวชมาเพื่ออันนั้น บวชมาเพื่อเรียนหนังสือ ถ้าพูดด้วยภาษาคำเราทุกวันนี้ก็เรียกว่า **"ไม่มีทาง"** อย่างเราถามเขาว่า **"เป็นอย่างไรล่ะ" "ไม่มีทาง"** คำว่า **"ไม่มีทาง"** นี่คือนักบวชนักพรต นักเรียนมาพูดอย่างนี้ **"ผมไม่ได้บวชมาปฏิบัติพระธรรมวินัย ผมบวชมาเพื่อเรียนหนังสือ"** คำนี้แหละเรียกว่า **"ไม่มีทาง"** ใช่ไหม? คือไม่มีทาง มันจบแล้ว ไม่ต่อไปอีก

ที่จริงแล้ว เมื่อเราพูดถึงที่เรียนมาแล้ว เอาความจำมาสอนกัน บางทีจิตเป็นอย่างหนึ่ง สอนไปอีกอย่างหนึ่ง สอนไปตามความจำ ไม่ได้สอนเพื่อความจริง นี่โลก ฉะนั้นโลกก็ต้องเป็นอยู่อย่างนี้

ถ้าหากอยู่ร่วมกับเขา จะมาปฏิบัติอย่างนี้ไปเฉยๆ ให้มีศีลมีธรรม สงบระงับ เขาเห็นว่าคนนั้นเป็นคนแปลก เขาทำโลกไม่ให้เจริญ ทำสังคมไม่ให้เจริญ เขายิ่งยุกันเข้าไป คนดีๆก็เลยเป็นคนไม่ค่อยดี ถูกเขารุมเอาเสีย นึกแล้วก็

เปลี่ยนไปเรื่อยๆ เปลี่ยนไปลึกแล้ว ก็จะกลับออกมา... มาไม่ได้ เลยมีคำพูดว่า **"โอ๊ย! ทุกวันนี้ผมไปไม่ได้ครับ... ผมเข้าลึกแล้ว ผมถอนไม่ได้"** อันนี้มีปัญหาในโลก มันมักจะเป็นอย่างนั้น แต่ความเป็นจริงเราไม่รู้จักคุณค่าของธรรมะ

คุณค่าของธรรมะนั้น ไม่ใช่ไปเห็นตามตัวหนังสือตามตำรา อันนั้นเป็นนั้น อันนั้นเป็นนั่น อันนั้นมันอยู่ข้างนอก **มันไม่เห็นธรรมะซึ่งในจิตของตน เมื่อเราดูจิตของตน มันก็จะเห็นจิตของตน เห็นความจริงอยู่อย่างนั้น ถ้าเราเอาความจริงพูดขึ้นมา มันก็เป็นความจริง มันก็ตัดกระแสความไม่จริงทั้งหมดเลย** ฉะนั้น ธรรมะในบางแห่งก็วุ่นวายขึ้นมาอย่างคนดื่มเหล้า ไปเทศน์ให้คนดื่มเหล้าฟังว่า มันไม่ดีอย่างนั้น เป็นบาปอย่างนั้น โอ๊ย! คนกินเหล้าจะมารุมเอาให้ได้

ฉะนั้นจึงว่าสมัยนี้ สมัยไหนก็ช่างเถอะ คำสอนที่พระพุทธเจ้าของเราท่านสอนไว้นั้นมันเป็นความจริง ความจริงนี้จริงตลอดได้สองพันห้าร้อยยี่สิบกว่าพรรษามาแล้ว อันใดที่พระพุทธเจ้าของเราเทศน์แล้ว ทรงสั่งสอนเป็นความจริงแล้ว ถอดออกมาจากใจแล้ว อันนั้นท่านว่าอย่าไปเปลี่ยนแปลงอย่าไปเพิ่มเติม อย่าไปถอน **ธรรมอันนี้แหละพระพุทธเจ้า**

ตรัส **“อย่าไปบัญญัติสิ่งที่ตถาคตมิได้บัญญัติ อย่าไปถอนสิ่งที่ตถาคตบัญญัติไว้แล้ว ให้สมาทานตามสิกขาบทอันนั้น”** คือปิดไว้ ทำไมถึงปิด เพราะอันนี้เป็นคำพูดของผู้ที่ไม่มีกิเลส โลกจะเปลี่ยนไปสักเท่าไรก็ตาม อันนี้มันคงที่อยู่ ไม่เปลี่ยนไปตาม อันใดที่มันผิด คนว่าถูก มันก็ไม่ถูกไปด้วย อันใดมันดี คนว่าไม่ดี มันก็ไม่เปลี่ยน ถึงแม้เราตายแล้วเกิด เกิดแล้วตาย มันก็ไม่เปลี่ยน เพราะคำนี้คือความจริง

ความจริงอันนี้ใครสร้างขึ้นมา ก็ความจริงมันสร้างขึ้นมา ไม่ใช่พระพุทธเจ้าสร้างหรือ ไม่ใช่ ท่านไปค้นพบว่าอันนี้เป็นอย่างนี้ ท่านก็เอาออกมาสอน คำสอนอันนี้พระพุทธเจ้าจะเกิดมาก็ตาม ไม่เกิดมาก็ตาม ความจริงอันนี้มันเป็นอยู่อย่างนี้ ที่เรียกว่า พระพุทธเจ้านี้เป็นเจ้าของพระธรรม คือความจริงอันนี้เท่านั้นเอง ความเป็นจริงท่านก็ไม่ได้สร้างมันขึ้นมา มันเป็นอยู่แล้วแต่นานๆแล้ว แต่ไม่มีใครพบ ไม่มีใครค้น พระพุทธเจ้าทรงค้นพบ ท่านค้นพบเป็นอมตะนิยาม แล้วเอามาสอนคนเป็นธรรมะ มิใช่ว่าท่านมาแต่งขึ้น อันนี้มันเป็นของเก่า ถึงแม้พระพุทธเจ้าไม่เกิดก็มีอยู่ ถึงเกิดมาก็มีอยู่ แม้คนไม่ปฏิบัติก็มีอยู่ ถึงคนจะปฏิบัติอันนี้ก็มีอยู่ เพราะอันนี้เป็นความจริง

เพราะฉะนั้น โลกอันนี้ตั้งมั่นขึ้นมา ตั้งมั่นอยู่นะ...แล้วก็ปฏิบัติตามความเป็นจริงกันไป แล้วก็ถล่มทลายตายฉิบหายหมด ก็วนกลับเข้ามาหาความเป็นจริงอีก ความเป็นจริงคือธรรมะก็หล่อเลี้ยงคนไปอีก นานๆไปคนมากขึ้นไป ก็ประมาทอีก มันก็ทำไปตามโลก ตามความมืดของคนไป เจริญไปๆ แล้วก็เสื่อมอีก ตั้งไม่ได้ วุ่นวายอีก แล้วกลับมาตั้งความเป็นจริงอีก เพราะอันนี้ไม่หาย พระพุทธเจ้านิพพานแล้วก็ไม่หาย

พระพุทธเจ้าทุกองค์นิพพานแล้วก็ไม่หาย ท่านมาเกิดอันนี้ก็ไม่หาย ท่านดับขันธ์ไปแล้วอันนี้คงตั้งอยู่ โลกเวียนมาบรรจบ อันนี้มันก็คล้ายๆกับว่ามะม่วงต้นหนึ่ง มันก็เป็นดอกมันก็เป็นผล เป็นผลเล็กแล้วเป็นผลโตเรื่อยๆขึ้นมา จนกว่ามันห่าม มันห่ามแล้วก็สุกเหลือง สุกมันก็เละมันก็หล่นลงมาอีก เมล็ดมันก็กลับมาสู่ดินอีก เป็นต้นใหม่ขึ้นมาอีกเรื่อยๆไป ผลที่สุดมันก็ห่ามแล้วมันก็สุก สุกแล้วมันก็เละ เมล็ดมันก็ตกไปสู่ดินอีก ต้นก็มาเกิดอีกเช่นนี้ **มันก็เป็นอยู่อย่างนี้ในโลกนี้ ไม่ไปอื่นไกล มีแต่ของเก่านั้นแหละ**

อย่างที่เราทำทุกวันนี้ก็เหมือนกัน วันนี้เราก็ทำของเก่านั้นแหละ พรุ่งนี้เราก็ไปทำอย่างเก่านี้ล่ะ ไม่ไปทำอย่างอื่นหรอก เออ! ไปทำให้มันยุ่งยากขึ้นมาอีก คนคิดมากเกินไป ก็ของในโลกมันมีหลายๆอย่างนี่ ใครมีปัญญาค้นขึ้นมาได้ มันก็มีขึ้นมา แต่มันจบไม่ได้ จบไม่ได้ พุทธศาสตร์ก็ดี วิทยาศาสตร์ก็ดี ศาสตร์ทั้งหลายที่มีมาหลายๆศาสตร์ วิทยาศาสตร์ จิตตศาสตร์ เกษตรศาสตร์ ทุกอย่างนั่นแหละ ค้นไปมันก็มีมา แต่ว่ามันก็มาจบอยู่ที่ความจริงของมัน เพราะมันเป็นวัฏฏะเหมือนกันกับล้อเกวียน

เรามีเกวียนสักเล่มหนึ่ง แล้วก็มีโคลากมันไป ล้อเกวียนมันไม่ยาวแต่รอยมันยาว ถ้าโคตัวนั้นนะมันลากเกวียนไปไม่หยุด อันรอยเกวียนนั้นมันก็ทับรอยโคไปไม่หยุด มันกลมแต่ว่ามันยาว จะว่ามันยาวก็ได้ แต่ว่ามันกลม เราเห็นความกลมมันเช่นนี้ ก็ไม่เห็นความยาวในวงเกวียนอันนั้น แต่เมื่อโคลากไป แหม! กี่วันกี่เดือน มันยาว เมื่อโคมันลากไปไม่หยุด ล้อเกวียนก็หมุนไปไม่หยุด

อีกวันหนึ่ง โคมันเหนื่อย มันสลัดแอกออกไปเสียแล้ว โคไปโค เกวียนไปเกวียน ล้อเกวียนก็หยุดเอง นี่มันก็ทิ้งอยู่นั่นแหละ นานๆไปมันก็เป็นธาตุดิน น้ำ ไฟ ลม ถมทับเป็นดินหญ้าไปอย่างเดิม

คนกระทำกรรมนี้ก็เหมือนกัน มันไม่จบเรื่องของมัน เราจะค้นอยู่ในโลกมันก็ไปอยู่อย่างนี้ มันก็ไปของมันเรื่อยๆ ของมันไม่จบเหมือนกัน ตลอดถึงทุกวันนี้ คนพูดความจริงอย่างนี้มันก็ไม่จบเหมือนกัน คนมิจฉาทิฏฐิก็มี ไม่จบเหมือนกัน มันมีกำลังเท่ากัน

เหมือนมีดเล่มหนึ่ง เรามาลับให้มันคมๆเสีย จะเอาไปทำให้มันเป็นประโยชน์ มันก็มีประโยชน์ เป็นกำลังในทางที่เป็นประโยชน์ เราจะเอาไปทำให้ไร้สาระ ไร้ประโยชน์ มันก็มีกำลังเท่าๆกัน เพราะมีดมันมีความคมเสมอกัน นี่ก็เหมือนกัน

แต่ว่าต่อไปมีดเล่มนั้น เมื่อมันเกิดเป็นมีดมาได้ สักวันหนึ่งมันจะหยุดเป็นมีด คนทำกรรมนี้ก็เหมือนกัน ทำไปๆ มันหยุดตรงไหน เราหยุดการกระทำมาแล้ว รอยเกวียนมันก็ไม่หมุนไปตาม มันเลิกแค่นั้นแหละ ถ้าเราวิ่งไปไม่หยุด มันก็ไม่หยุด มันก็หมุนไปเรื่อย การกระทำกรรมชั่วของเราก็เหมือนกัน ถ้าเราไม่หยุดมันก็ไม่หยุด ถ้าเราหยุดมันก็หยุดแค่นี้ นี่คือการปฏิบัติธรรม

ตุจโฉโปฏฐิละ

พระโพธิญาณเถร (หลวงพ่อชา สุภัทโท)

แสดงที่วัดหนองป่าพง อำเภอวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี



ตุจโฉโปฏิจิละ

การบำรุงพระพุทธศาสนานั้นมีสองประการ หนึ่งคือ อามิสบูชา คือปัจจัย ๔ ได้แก่ จีวร บิณฑบาต เสนาสนะ เภสัช นี่บำรุงพระพุทธศาสนาโดยการบำรุงผู้ที่จะปฏิบัติตามพระพุทธศาสนาให้มีความเป็นอยู่ได้ แล้วถ่ายทอดออกมาถึงการปฏิบัติ ส่วนการปฏิบัติก็ถ่ายทอดออกไปถึงข้อปฏิบัติตามความจริง ให้พระพุทธศาสนาเจริญยิ่งขึ้น เหมือนกันกับต้นไม้ต้นหนึ่ง มันมีราก โคน ลำต้น ใบ ใบทุกใบ กิ่งทุกกิ่ง ทั้งลำต้น อาศัยรากดูดกินอาหารส่งขึ้นไปหล่อเลี้ยง ต้นไม้ก็อาศัยรากเป็นเค้ามูล เอาอาหารไปหล่อเลี้ยง

เรานี้ก็เหมือนกัน ทั้งกาย ทั้งวาจานี้ หรืออายตนะ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย นี่เปรียบเหมือนกิ่ง ก้าน ลำต้น ใจเปรียบเป็นรากสำหรับดูดกินอาหาร แล้วก็แบ่งขึ้นสู่ลำต้น

แบ่งไปหากิ่งหาใบ ให้เป็นดอกออกผล จิตของเรานี้ ถ้ามันตั้งอยู่ในสภาพใด เช่นว่ามันตั้งอยู่ในความถูกต้อง หรือว่าตั้งอยู่ในความเห็นผิด ก็แสดงความเห็นผิดไปถึงสุดขีดของมัน ความเห็นถูกก็แสดงออกไปถึงที่สุด คือทางกาย และวาจาของเราเหมือนกัน

ฉะนั้น การบำรุงพระพุทธศาสนานี้ด้วยการปฏิบัติจึงสำคัญมาก โดยตรงเข้าไป ไม่มีอะไร มีแต่ข้อวัตรตรงไปตรงมา เช่นเราสมาทานศีลทุกวัน พระท่านก็บอกสิ่งที่ผิดทุกวัน พระให้พากันสมาทาน แต่ถ้าสมาทานเฉยๆ ไม่ได้ภาวนา ไม่ได้พิจารณาตามเหตุผล มันก็เป็นไปได้ยาก หาข้อประพฤติปฏิบัติไม่ได้ การบำรุงพระพุทธศาสนานี้ก็บำรุงอย่างนั้น คือ **ปฏิบัติบูชา คือการปฏิบัติให้มันเป็นศีลจริง ให้เป็นสมาธิจริง ให้เป็นปัญญาจริง มันจึงจะรู้เรื่อง** ถ้าไม่รู้โดยการปฏิบัติ ไม่รู้เรื่องพระพุทธศาสนา ถึงจะเรียนจบพระไตรปิฎกก็ยังไม่รู้จัก

ในสมัยก่อนครั้งพุทธกาลมีสาวกองค์หนึ่งชื่อว่า ตุจโฉโปฎฐิละ ตุจโฉโปฎฐิละนี้มีปัญญามาก แตกฉานในคัมภีร์ แตก

ฉานในพระไตรปิฎก มีวัดสาขาตั้ง ๑๘ แห่ง เป็นครูเป็นอาจารย์ จนประชาชนศิษยานุศิษย์ทั้งหลายนับหน้าถือตาโดยทั่วถึง ถ้าใครได้ยินชื่อว่าตุจโฉโปฏฐิละก็กลัวเกรง ไม่กล้าพูด ไม่กล้าเถียง เมื่อท่านอธิบายธรรมะ กลัวอำนาจที่ท่านได้เรียนมาก จนแตกฉานในพระไตรปิฎก ฉะนั้น ท่านตุจโฉโปฏฐิละจึงเป็นพระเถระผู้ยิ่งใหญ่ในครั้งพุทธกาลเพราะการเรียน

วันหนึ่ง ท่านไปกราบทูลถามพระพุทธเจ้า ขณะท่านกำลังกราบลงสาธุการ พระพุทธองค์ตรัสว่า **"มาแล้วหรือพระใบลานเปล่า?"**

...ซึ้งในใจ แล้วก็เลยพูดกันไป พอท่านจบประโยคพอสมควรแล้วจะลาพระพุทธองค์กลับวัด...**"กลับอาวาสแล้วหรือพระใบลานเปล่า"** พระพุทธองค์ตรัสแค่คำนั้น....มาก็ **"มาแล้วหรือพระใบลานเปล่า"** จะกลับก็ **"กลับแล้วหรือพระใบลานเปล่า"** ไม่ได้หน้าได้หลัง ท่านเทศน์อยู่เท่านั้น

ตุจโฉโปฏฐิละเป็นอาจารย์ใหญ่ก็คิดในใจว่า **"เอ...ทำไมพระพุทธองค์จึงรับสั่งอย่างนั้น เป็นอะไรหนอ"** ...คิดไปคิดมา คิดตามการศึกษา ย้อนไปพิจารณาไปจนเห็นว่า

"เออ... มันจริงที่พระองค์ว่า พระใบลานเปล่า" คือพระเรียนเฉยๆไม่ได้ปฏิบัติ

เมื่อมาดูจิตใจของตนก็เหมือนกันกับฆราวาส ฆราวาสอยากได้อะไรก็อยากได้เหมือนเขา ฆราวาสยินดีอย่างไรเราก็ยินดีอย่างเขา ความเป็นสมณะไม่มี ไม่มีธรรมะอันซึ้งบังเกิดขึ้นในจิตใจที่จะมาข่มจิตของตนให้สงบระงับด้วยการอบรมทั้งหลายได้ จึงเกิดความสนใจอยากจะออกปฏิบัติ

แต่ว่าการจะออกปฏิบัตินั้นไม่มีทางที่จะไป ไปหาอาจารย์นั่นอาจารย์นี่ ล้วนแต่เป็นลูกศิษย์ของท่านทั้งหมด เขาก็เลยไม่รับ ธรรมดาคนเราเห็นครูบาอาจารย์ก็เคารพเกรงกลัว ไม่กล้าพูด ก็เลยไม่กล้ารับให้ท่านมาปฏิบัติด้วย ไปสำนักผู้ใดก็ตาม ไม่กล้ารับ ท่านมีความรู้มาก มีปัญญามาก ใครๆก็ไม่กล้าตักเตือน ไม่กล้าสอน ถึงแม้ว่าท่านนั่งอยู่ที่นั่นจะเทศนาว่ากล่าวก็ยังเกรงกลัวอำนาจของท่าน

ท่านจึงไปหาสามเณรน้อยซึ่งเป็นอริยบุคคล ท่านตุจโฉโปฏฐิละก็ไปขอปฏิบัติกับเณรน้อย เณรบอกว่า "พระคุณเจ้าจะมาปฏิบัติกับผม ถ้าทำจริงก็มาได้ แต่ถ้าทำไม่

จริงมาไม่ได้” ตุจโฉโปฏฐิละจึงมอบกายถวายชีวิต สามเณรให้ห่มผ้า เมื่อห่มผ้าเรียบร้อยแล้ว เผอิญมีหนองอยู่ใกล้ๆที่เป็นเลน เณรก็บอกว่า **“เอ้าให้วิ่งเข้าไปในหนองนี่ วิ่งลงไป ถ้ายังไม่บอกให้หยุดอย่าหยุดนะ ถ้ายังไม่บอกให้ขึ้นอย่าขึ้นนะ... เอ้า วิ่ง”** ตุจโฉโปฏฐิละห่มผ้าดีๆแล้วก็วิ่งลงไปในหนอง ต่ำลงๆๆ เณรน้อยไม่ได้บอกให้หยุด ท่านก็ลงไปจนตัวเปียกหมด เปื้อนตมและขี้เลนหมด สามเณรจึงบอก **“เอาละหยุดได้”** ท่านจึงหยุด สามเณรบอกว่า **“เอาละขึ้นมา”** ท่านจึงขึ้นมา แสดงให้เห็นว่าท่านละทิฏฐิของท่านแล้ว จึงยอมรับ ถ้าไม่ยอมรับจะไม่ยอมลงขี้ตมหรอก คนผู้ใหญ่ขนาดนั้น แต่ว่าท่านยอมไป สามเณรเห็นแล้ว รู้อุปนิสัยแล้วว่าตุจโฉโปฏฐิละเอาจริงๆ

เมื่อท่านขึ้นมาแล้วสามเณรจึงสอนให้ โดยใช้วิธีกำหนดอารมณ์จับอารมณ์ ให้รู้จักจิตของตน ให้รู้จักอารมณ์ของตน เณรก็ยกอุบายอันหนึ่งขึ้นมาว่า ให้ใช้วิธีที่บุรุษทั้งหลายจะจับเหี้ย เหี้ยตัวหนึ่งเข้าไปในโพรงจอมปลวกซึ่งมีรูอยู่หกรู ถ้าเหี้ยเข้าไปในที่นั้นจะทำอย่างไร เราจึงจะจับมันได้ จะต้องปิดไว้สักห้ารู เอาอะไรมาปิดมันไว้ให้เหลือแค่รูเดียวสำหรับให้เหี้ย

ออก นอกนั้นปิดไว้หมด แล้วให้นั่งจ้องมองอยู่ที่รูนั้น ครั้นเหี้ยวิ่งออกก็จับ อันนี้ฉันใดการกำหนดจิตก็ฉันนั้น ตาก็ปิดไว้ หูก็ปิดไว้ จมูกก็ปิดไว้ ลิ้นก็ปิดไว้ กายก็ปิด เหลือแต่จิตอันเดียว **ตา หู จมูก ลิ้น กาย ปิดมันไว้ คือสำรวมสังวร ให้กำหนดจิตอย่างเดียว**

การภาวนาก็เหมือนกันกับบุรุษจับเหี้ย อย่างเราจะกำหนดลมหายใจให้มีสติ สติคือความระมัดระวัง รู้อยู่ว่าเดี๋ยวนี้เราทำอะไรอยู่ สัมปชัญญะคือรู้ตัวว่าเรากำลังทำอันนั้นอยู่ ผู้รู้รู้ว่ามันเป็นอย่างนั้นอยู่ ให้กำหนดลมหายใจเข้าด้วยการมีสติความระลึกได้ สัมปชัญญะความรู้ตัว

การที่ว่าระลึกได้ คือความรู้สึกที่เกิดขึ้นในจิต ไม่ใช่การที่เราไปศึกษาที่ไหนมา ให้รู้จักแต่ความรู้สึกที่เกิดขึ้นมา **จิตมันอยู่เฉยๆมันก็มีความรู้สึกขึ้นมา อันนี้แหละเป็นความรู้สึก**

สตินี้ควบคู่กันกับความรู้สึก มีสติอยู่คือความระลึกได้ว่า เราพูดอยู่ หรือเราทำอยู่ หรือเราไปเดินอยู่ หรือเรานั่งอยู่ จะไป จะมา ก็รู้ นั่นเรียกว่าสติระลึกได้

สัมปชัญญะคือความรู้ตัวว่า บัดนี้เรากำลังเดินอยู่ เรานั่งอยู่ เรานอนอยู่ เรารับอารมณ์อะไรอยู่เดี๋ยวนี้ สองอย่างนี้ **ทั้งสติความระลึกได้ และสัมปชัญญะความรู้ตัว ในการที่เราระลึกได้อยู่เสมอนั้น เราก็จะสามารถรู้ใจของเราว่า ในเวลานี้ มันคิดอย่างไร** เมื่อถูกอารมณ์ชนิดนั้นมามันคิดอย่างไร อันนี้เราจะรู้จัก

ผู้ที่รับรู้อารมณ์นั้นคือตัวจิต อารมณ์คือสภาวะที่มันจรเข้ามา เช่นมีเสียง เช่นเสียงเขาไสกบอยู่นี่มันเข้าทางหูแล้วจิตก็รับรู้ว่าเสียงกบนั่น ผู้ที่รับรู้อารมณ์รับรู้เสียงกบนั้นเรียกว่าจิต

จิตที่รับรู้นี่เป็นจิตที่หยาบๆ เป็นจิตที่ปกติของจิต บางทีเรานั่งฟังเสียงกบอยู่ รำคาญในความรู้สึกของผู้ที่รับรู้ เราจะต้องอบรมผู้ที่รับรู้นั้น ให้มันรู้ตามเป็นจริงอีกทีหนึ่ง ที่เรียกว่าพุทโธ ถ้าหากว่าเราไม่รู้แจ้งตามเป็นจริง เราอาจจะรำคาญในเสียงคน หรือเสียงรถ หรือเสียงกบ มีแต่จิตเฉยๆ รับรู้ว่ารำคาญ รู้ตามสัญญา ไม่ได้รู้ตามความเป็นจริง

เราจะต้องให้มันรู้ในญาณทัศนะคืออำนาจของจิตที่ละเอียด ให้รู้ว่าเสียงกบที่ดังอยู่นั้นก็ สักแต่ว่าเสียง เฉยๆ ถ้าหากว่าไม่ยึดมั่นถือมั่นมันก็ไม่น่ารำคาญอะไร เสียงก็ดังของมันไป เราก็นั่งรับรู้ไป อันนั้นก็เรียกว่ารู้ถึงอารมณ์ขึ้นมา

นี่ถ้าหากว่าเราภาวนาพุทโธ มีความรู้แจ้งในเสียงกบ เสียงกบนั้นไม่ได้มากวนใคร มันก็ดังอยู่ตามสภาวะเสียงนี้ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตนเราเขา เรียกว่าเสียงเท่านั้น มันก็ทิ้งไป วางไป

ถ้ารู้อย่างนี้คือ จิตรู้โดยสภาวะที่เรียกว่าพุทโธ คือความรู้แจ้งตลอด เบิกบาน รู้ตามความเป็นจริง เสียงก็ปล่อยไปตามเรื่องของเสียง ไม่ได้รบกวนใคร นอกจากเราจะไปยึดมั่นว่า “เออ...เรารำคาญ ไม่อยากจะได้ยินคนพูดอย่างนั้น ไม่อยากได้ยินเสียงอย่างนั้น” ก็เลยเกิดทุกข์ขึ้นมา นี่เหตุให้ทุกข์เกิดขึ้นมา

เหตุที่มีทุกข์ขึ้นมาก็เพราะอะไร ก็เพราะเราไม่รู้จักเรื่องตามความจริง ยังไม่ได้ภาวนาพุทโธ ยังไม่เบิกบาน

ยังไม่ตื่น ยังไม่รู้จัก มีแต่เฉพาะจิตล้วนๆที่ยังไม่บริสุทธิ์ เป็นจิตที่ใช้การงานอะไรยังไม่ได้เต็มที่

ดังนั้น พระพุทธเจ้าจึงให้ฝึกหัด ฝึกจิตนี้ให้มีกำลัง การทำจิตให้มีกำลังกับการทำกายให้มีกำลัง มีลักษณะอันเดียวกัน แต่มีวิธีการต่างกัน การฝึกกำลังกายเราย่อมเคลื่อนไหวอวัยวะ มีการนวดกาย เหยียดกาย เช่นวิ่งตอนเช้าตอนเย็น เป็นต้น นี่เรียกว่าออกกำลังกาย กายนั้นก็จะมีกำลังขึ้นมา จะคล่องแคล่วขึ้นมา เลือดลมจะมีกำลังวิ่งไปมาสะดวกตามเส้นประสาทต่างๆได้ กายจะมีกำลังดีกว่าเมื่อไม่ได้ฝึก

แต่การฝึกจิตให้มีกำลัง ไม่ใช่ให้มันวิ่งให้มันเคลื่อนไหวอย่างกับการออกกำลังกาย **คือทำจิตให้มันหยุด ทำจิตให้พักผ่อน** เช่นเราทำสมาธิ ยกอันใดอันหนึ่งขึ้นมา เช่นว่าอานาปานสติ ลมหายใจเข้าออกอันนี้เป็นรากฐาน เป็นเป้าหมายในการเพ่งในการพิจารณา เราก็กำหนดลมหายใจการกำหนดก็คือการรู้ตามลมนั่นเอง กำหนดลมเข้า แล้วกำหนดลมออก กำหนดให้รู้ระยะของลม **ให้มีความรู้อยู่ในลม ตามรู้ลมเข้าออกสบาย แล้วพยายามปล่อยสิ่งทั้งหลายออก จิตของเราก็จะมีกำลังเพราะว่ามีอารมณ์เดียว**

ถ้าหากว่าเราปล่อยให้จิตคิดอย่างนั้นอย่างนี้สารพัด มีหลายอารมณ์ มันไม่รวมเป็นอารมณ์เดียว จิตเราก็จะหยุดไม่ได้

ที่ว่าจิตหยุดได้นั้นก็คือ มันหยุดในความรู้สึก ไม่คิดแล่นไปทั่วไป เช่นว่าเรามีมีดเล่มหนึ่งที่เราลับไว้ดีแล้ว แล้วมัวแต่ฟันหินฟันอิฐฟันหญ้าไปทั่ว ถ้าเราฟันไม่เลือกอย่างนี้มีดของเราก็จะหมดความคม เราจึงต้องฟันแต่สิ่งที่จะเกิดประโยชน์ จิตนี้ก็เหมือนกัน ถ้าเราปล่อยให้จิตแล่นไปในสิ่งที่ไม่เป็นสาระประโยชน์ ก็จะไม่ได้ประโยชน์อะไร จิตนั้นจะไม่มีกำลัง ไม่ได้พักผ่อน ถ้าจิตไม่มีกำลัง ปัญญามันก็ไม่เกิด จิตไม่มีกำลังคือจิตที่ไม่มีสมาธิเลย

ถ้าจิตไม่ได้หยุดจะเห็นอารมณ์นั้นไม่ได้ชัดเจน ถ้าเรารู้จักว่าจิตนี้เป็นจิต อารมณ์เป็นอารมณ์ นี่คือหัวข้อแรกที่จะตั้งพระพุทธศาสนาขึ้นมาได้ นี่คือตัวศาสนา เราบำรุงให้จิตนี้เกิดขึ้นเป็นลักษณะของการปฏิบัติให้เป็นสมถะ ให้เป็นวิปัสสนา รวมกันเข้าเป็นสมถะวิปัสสนา เป็นข้อปฏิบัติมาบำรุงจิตใจให้มีศีลมีธรรม ให้จิตได้หยุด ให้จิตได้เกิดปัญญา ให้รู้เท่าตามความเป็นจริงของมัน

ถ้าพูดตามความเป็นจริง อย่างที่ว่าเราเกิดมาเป็นมนุษย์ กิริยาที่เราอยู่ กิริยาที่เรากิน กิริยาที่มันเป็นอยู่ทุกวันนี้ เราก็เหมือนกันกับเด็กน้อย เด็กน้อยมันไม่รู้เรื่องอะไร ถ้าผู้ใหญ่มามองดูกิริยาของเด็ก การเล่นการกระโดดนั้นมันไม่ได้เกิดประโยชน์อะไร **จิตเราที่ไม่ได้ฝึกก็เหมือนกัน เป็นจิตที่ไม่มีกำลัง จะพูดก็ไม่มีสติ การกระทำก็ไม่มีปัญญา** เสื่อมไม่รู้จักว่ามันเสื่อม เสียก็ไม่รู้จักว่ามันเสีย ไม่รู้เรื่อง เล่นไปตามประสาเด็ก จิตเราที่ไม่รู้จักจะเป็นอย่างนั้น

ฉะนั้น จึงควรฝึกจิตของเรา พระพุทธเจ้าตรัสว่า ฝึกจิตอันนี้อบรมจิตอันนี้ให้มาก ถึงแม้ว่าเราบำรุงพระพุทธศาสนาด้วยปัจจัย ๔ ปัจจัยลาภทั้งหลายก็จริง ก็เป็นเพียงสิ่งที่ผิวเผิน เป็นแต่เศษเปลือกๆ เป็นแต่กะพี้ **การบำรุงพระพุทธศาสนาที่แท้จริงนั้นก็คือ การปฏิบัตินี่เอง** ไม่มีอันอื่นไกลอะไร ที่เราฝึกอยู่นี่ ฝึกกาย ฝึกวาจา ฝึกจิตของเรา นี้เรียกว่าข้อประพฤติปฏิบัติ แล้วมันจะถ่ายทอดไปหลายๆแห่ง ถ้าหากว่าคนเรามีความซื่อสัตย์ มีความสุจริต มีศีลธรรม การประพฤติปฏิบัติในกาลอนาคตมันก็เจริญทั้งนั้นแหละ ไม่มีเรื่องอิจฉา ไม่มีเรื่องพยาบาท ศาสนาก็สอน

ให้เป็นอย่างนั้น ให้เข้าใจอย่างนั้น เหมือนกับพวกเราทั้งหลายสมาทานศีลกันนี่เอง ไม่ใช่โดยลักษณะที่ทำตามประเพณีรับศีลเฉยๆ สิ่งที่ท่านแนะนำสั่งสอนนั้น มันเป็นเรื่องจริง ถึงพูดเราก็พูดได้ ถึงเรียนเราก็เรียนได้ ถึงว่าเราก็ว่าได้ ยังเหลือแต่การปฏิบัติเท่านั้น เราจึงยังไม่รู้เรื่อง

ถ้าหากว่า การปฏิบัติคือปฏิบัติบูชานี้ไม่เกิดขึ้นเมื่อไร มันก็จะทำให้เราไม่เข้าถึงพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ตลอดชีวิต หลายๆชีวิตก็ได้ หรือจะพูดง่ายๆว่า จะไม่รู้เรื่องหลักพระพุทธศาสนานี้เลยก็ได้ คล้ายกับผลไม้ชนิดหนึ่งที่เขาเล่าว่ามันหวาน หรือเปรี้ยว หรือมัน เมื่อไม่ได้กินจะยังไม่เกิดประโยชน์โดยสมบูรณ์ ถึงแม้ว่ามันจะเป็นพันธุ์ที่ดีก็ตามเถอะ เราไม่รู้เรื่อง ถ้าเราไม่รู้จักผลไม้ตามความเป็นจริง เรื่องพระพุทธศาสนานี้ก็เหมือนกัน ถ้าเราขาดจากการภาวนาเราจะไม่รู้เรื่องทาน ไม่รู้เรื่องศีล ไม่รู้เรื่องภาวนา

ฉะนั้นการปฏิบัตินี้จึงเป็นกุญแจ กุญแจภาวนา แม่กุญแจนั้นจะเป็นอะไรก็ช่างมันเถอะ เราถือลูกกุญแจมันไว้ในมือเรา ถึงมันจะปิดแน่นเท่าไรก็ช่าง ถ้าเราเอาลูกกุญแจไปเปิดเมื่อไรก็สำเร็จประโยชน์เมื่อนั้น ถ้าหากว่ากุญแจไม่มี

ลูกก็ไม่มีประโยชน์อะไร ของอยู่ภายในลังเราก็เอาไม่ได้ อันนี้เหมือนกันฉันนั้น ฉะนั้นพระพุทธเจ้าจึงให้เรียนรู้สิ่งทั้งหลายเหล่านี้

ความรู้มีอยู่สองอย่าง **คนที่รู้จักธรรมะนั้น ท่านไม่ได้เอาความจำมาพูด แต่ท่านเอาความจริงมาพูด** คนทางโลกก็เอาความจำมาพูดกัน และก็พูดในแง่ที่ว่ายกหูชูหางขึ้นไป เช่นว่า เราพรากกันมานานแล้วไปอยู่ต่างประเทศกัน หรืออยู่ต่างจังหวัดกันมานาน อีกวันหนึ่งขึ้นรถก็บังเอิญพบกันเข้า **"แหม ผมดีใจเหลือเกิน ผมนึกว่าจะไปเยี่ยมคุณอยู่เร็วๆนี้"** อันนี้ไม่ใช่ความเป็นจริง ไม่เคยนึกเลย แต่ไปปรุงขึ้นในเดี๋ยวนั้น คือพูดด้วยความดีใจในปัจจุบันก็เป็นเรื่องโกหกขึ้นมาโกหกอย่างนั้นแหละแต่ไม่รู้ตัว ความจริงไม่ได้คิดว่าจะไปเยี่ยมไม่เคยได้คิดสักที มันมีความรู้สึกเกิดขึ้นในเวลานั้น จึงพูดขึ้นในเวลานั้น นี่โกหกโดยที่ไม่รู้จักตัวเองอย่างนี้ก็มี นี่เป็นกิเลสชนิดหนึ่ง คือไม่ได้เป็นความจริงในคำที่เราพูดในเวลานั้นแต่มันปรุงแต่งขึ้นให้ทำได้ **นี่เป็นเรื่องโกหกอย่างละเอียด** และคนเราชอบพูดกันอย่างนั้น ชอบพูดอย่างนั้น ชอบว่าอย่างนั้น

ฉะนั้นเรื่องจิตใจนี้ พระตุจโฉโปฏฐิละก็ทำตามที่สามเณรว่า......หายใจเข้า หายใจออก พิจารณา มีสติ มีสัมปชัญญะ มีความรู้รอบคอบอยู่ จึงเห็นความโกหกของมัน โกหกเรื่องจิตใจของตัวเอง เห็นกิเลสทั้งหลายเมื่อมันออกมา เหมือนกับเหี้ยออกมาจากโพรง พอโผล่ขึ้นมาก็เห็นทันที จบเรื่องมันเลย เดี๋ยวมันก็เกิดปรุงขึ้นมา เดี๋ยวมันก็เกิดแต่งขึ้นมา เกิดปรุงโดยวิธีนั้น เกิดแต่งโดยวิธีอันนี้ ความคิดของเรานั้นเป็นสังขตะธรรม คือปัจจัยมันปรุงได้แต่งได้ ไม่ได้เป็นอสังขตะธรรม คือสิ่งที่ปัจจัยไม่ได้ปรุงไม่ได้แต่ง จิตที่อบรมดีแล้ว มีความรู้สึกดีแล้ว อารมณ์มันปรุงไม่ได้แต่งไม่ได้ ไม่ได้เชื่อใคร ตรัสรู้ตามความเป็นจริง เรียกว่าอริยสัจ รู้ตามอริยสัจ คือรู้ตามความเป็นจริง อารมณ์มันจะบิดพลิ้วว่า อันนั้นดีอันนั้นงาม อันนั้นอย่างไรก็ตาม ถ้าหากว่ามีพุทโธในใจก็โกหกไม่ได้ คือรู้จิตตามเป็นจริงของมันแล้ว อารมณ์จะปรุงแต่งไม่ได้ เห็นอารมณ์ก็เห็นว่ามันเป็นของไม่เที่ยง อารมณ์นี้มันเป็นทุกข์ ผู้ไปยึดอารมณ์นั้นก็จะเป็นทุกข์ เพราะอารมณ์นั้นมันไม่เที่ยงอยู่แล้ว

เพราะฉะนั้น จะไปอยู่ในทิศไหนก็ตาม ผู้รู้เป็นอย่างนั้น ตุจโฉโปฏฐิละก็มารู้อย่างนั้น **ดูอารมณ์ที่มันเกิดขึ้นกับจิต ดูเรื่องจิตมันเป็นไป โกหกหลายอย่าง ท่านก็รู้เรื่องของมัน** จับตัวของมันได้ว่า **"เออ...อันนี้ตัวโกหก มันเป็นตัวสำคัญนะ อันนี้มันพาให้เราดีใจจนเกินพอดี พาให้เราเสียใจจนเกินพอดี ให้เราวนเวียนอยู่ในวัฏฏะสงสารนี้ ทั้งสุข ทั้งทุกข์ ทั้งดี ทั้งชั่ว ตลอดเวลาก็เพราะตัวนี้เอง"**

ตุจโฉโปฏฐิละรู้เรื่องของมันแล้ว ท่านก็จับตัวมันได้ เหมือนกันกับบุรุษจับตัวเหี้ยได้ คือจับตัวการมันได้

เรานี่ก็เหมือนกัน มีจิตตัวเดียวนี่แหละเป็นสิ่งที่สำคัญ ฉะนั้นท่านจึงให้อบรมจิต จิตก็เรียกว่าจิต จะเอาอะไรมาอบรมมันอีกล่ะ จิตนี้? **ถ้าเรามีสติมีสัมปชัญญะอยู่เสมอๆ แล้วเราก็รู้จักจิต ผู้รู้อันนั้นคือรู้เหนือกว่าจิตขึ้นไปอีก คือผู้รู้สภาวะของจิตนั้น จิตนี้ก็เป็นจิต ผู้ที่รู้ว่าจิตนี้สักแต่ว่าจิต นั่นแหละเรียกว่าผู้รู้ ผู้รู้เหนือกว่าจิตของเราไปอีก จึงได้ตามรักษาจิตของตน จึงสอนจิตของตน ให้รู้ว่าอันนี้ผิดอันนี้ถูกได้**

ในที่สุดพูดตามธรรมชาติแล้วมันก็สุดแต่จิตเท่านั้น มนุษย์เรามันสุดแต่จิตที่มันเพียงแต่แต่งไปแต่งมา ถ้ามันแต่งไปแต่งมาและไม่มีสิ่งที่รู้ยิ่งไปกว่านั้นอีก จิตของเราก็เป็นหมัน ฉะนั้นอาศัยจิตอันนี้เป็นผู้รับฟัง ท่านจึงเรียกว่าภาวนาพุทโธ คือความรู้แจ้ง รู้เบิกบานตลอด รู้ถึงที่สุด รู้เหนือกว่าจิตของเราอีก รู้เรื่องของจิตทุกอย่าง

ฉะนั้นพระพุทธเจ้าจึงให้อบรม คือการภาวนาเอาพุทโธนั้นไปบริกรรม ให้มันรู้จิต ให้มันรู้เหนือกว่าจิต ให้เห็นแต่จิตนี้ จะคิดดีก็ตาม คิดชั่วก็ตาม จนกว่าผู้รู้นั้นรู้ว่าจิตนี้สักแต่ว่าจิตเท่านั้น ไม่ใช่บุคคล ตัวตน เรา เขา นี้เรียกว่าจิตตานุปัสสนา ถ้าเห็นอย่างนี้แล้ว จิตเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา จิตอันนั้นยังไม่เป็นของเราอีก ยังโกหกเราได้อีก

สรุปความได้ว่า จิตก็เป็นผู้รับรู้อารมณ์ อารมณ์ก็เป็นอารมณ์ จิตนี้ก็เรียกว่าจิต ผู้รู้ทั้งจิตทั้งอารมณ์นั้นมันเหนือกว่าจิต เหนือกว่าอารมณ์ไปอีก มันเป็นของมันอย่างนั้น แล้วมันก็มีสิ่งที่มันซับซ้อนอยู่เสมอ ท่านเรียกว่าสติ

สตินี้ก็มีทุกคน แมวมันก็มี เวลาที่ตะครุบหนูกิน สุนัขมันก็มีสติเวลามันจะเห่าคนกัดคน อันนั้นก็เรียกว่าสติเหมือนกัน แต่ไม่ใช่สติโดยธรรมะ คนทุกคนก็มีสติเหมือนกัน

ก็เหมือนกันกับกาย ให้เราพิจารณากายของเรา **“จะพิจารณาอะไรกายนี่ ใครจะไม่เห็นมัน เกศาก็เห็น โลมาก็เห็น นขาก็เห็น ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง เห็นหมดแล้ว จะให้มันรู้อะไรอีก”** แน่ะ มันก็เป็นอย่างนี้คนเรา **เห็นอยู่แต่ว่าไม่เห็นถึงที่สุดของความเห็น** ไม่เห็นโดยพุทโธ ผู้รู้แล้ว ตื่นแล้ว เห็นตามธรรมชาติคือเห็นกายเป็นกาย เห็นกายเฉยๆก็ยังไม่พอ ถ้าเห็นกายเฉยๆมันเสียหาย ให้เห็นกายในกายเข้าไปอีกทีหนึ่ง มันจึงจะชัดเจนเข้าไป

ถ้าเห็นแต่กายส่วนเดียว **มันก็หลงกาย ก็ยังรักสวยรักงาม ไม่เห็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา จึงเป็นกามฉันทะยังติดอยู่ในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส ในโผฏฐัพพะ** ผู้เห็นกายก้อนนี้คือตาเนื้อธรรมดา เห็นแต่รักคนนั้น เกลียดคนนี้ อันนั้นสวย อันนั้นไม่สวย

พระพุทธเจ้าสอนว่าอันนั้นยังไม่พอ ต้องรู้ด้วยตาของจิตอีกทีหนึ่ง ให้เห็นกายในกาย ถ้าเห็นกายในกายมองเข้าไปในกายมันมีอะไรบ้าง อ้อ มันไม่น่าดูเลยนะ ของวันนี้ก็มี ของแต่เมื่อวานนี้ก็มีอยู่ในนั้น ไม่รู้ว่าอะไรเป็นอะไรอย่างนี้ มันจะเห็นแจ้งเหนือขึ้นไปอีก **พิจารณาให้เห็นด้วยตาจิต ด้วยปัญญาจักษุ เห็นด้วยปัญญา**

ไอ้ความเห็นมันต่างกันอย่างนั้น บางคนถ้าสอนให้พิจารณาเกศา โลมา นขา ทันตา ตโจ ก็ไม่รู้จะพิจารณาอะไร ผม ขน เล็บ ฟัน หนัง ก็เห็นอยู่แล้ว แต่มันไม่เห็นนะ เห็นด้วยตาเท่านั้น ตาผีบ้านี่มันดูแต่สิ่งที่น่าดู สิ่งใดไม่น่าดูก็ไม่ได้ดูสิ่งเหล่านั้น มันเลือกอย่างนั้นนะ คำว่าเห็นกายในกายคือ เห็นให้มันแจ้งกว่านั้น ดังนั้นให้พิจารณากายแล้วพิจารณาเห็นกายในกาย มันก็เห็นชัดเข้าไปอีก มันละเอียดกว่ากัน เท่านั้น

ตัวนี้เป็นตัวพิจารณาถอนความยึดมั่นในขันธ์ห้าได้ ถ้าถอนความยึดมั่นถือมั่น มันก็เหมือนกันกับถอนทุกข์ออกด้วย ก็เพราะสิ่งทั้งหลายนั้นเป็นเหตุให้ทุกข์เกิด ถ้าทุกข์เกิดมันจะเกิดในที่นี่ คือ **อุปาทานขันธ์ห้า** ไม่ใช่ว่าขันธ์ห้าเป็น

ทุกข์นะ ตัวอุปาทานขันธ์ห้า ยึดมั่นขันธ์ห้าว่าเป็นเรานั่นแหละเป็นทุกข์ ถ้าเราเห็นเช่นนั้นตามความจริงคือการภาวนา มันก็จะคลายออกเหมือนเกลียว เหมือนน็อต หมุนทางซ้ายเรื่อยๆ มันก็ถอนออกมาเรื่อยๆ มันไม่แน่น มันไม่หนา มันไม่ตึง ไม่เหมือนเราหมุนเข้าทางขวา มันถอย มันวาง มันละ ไม่ตึงในความดีในความชั่ว ในลาภ ในยศ ในสรรเสริญ สุข ทุกข์ นินทา ประการใด

ถ้าเราไม่รู้จักสิ่งทั้งหลายเหล่านี้มันก็หมุนเข้าไปเรื่อยๆ หันเข้าไปบีบตัวเองเรื่อยๆ ก็เป็นทุกข์หมดทุกสิ่งทุกอย่าง ถ้าเรารู้เรื่องเหล่านี้มันก็เหมือนกับคลายเกลียวออกมา ในทางธรรมะท่านเรียกว่า เกิดนิพพิทา คือความเบื่อหน่าย เบื่อหน่ายแล้วก็คลายความกำหนัดรักใคร่ ความยึดมั่นถือมั่น ถ้าหากว่าเราคลายความยึดมั่นถือมั่นมันแล้ว มันก็สบายล่ะ

ยกตัวอย่างเช่น ศีรษะของเรา ในเมืองไทยเรา หัวนี้เป็นสิ่งที่สำคัญแท้ๆ แตะมันไม่ได้ จะไปจับหัวกันกลางทางก็ตีกันเลย คือมันยังไม่ยอม ถ้ายอมเหมือนนายพลนายพันทั้งหลายที่มาหาอาตมาให้เป่าศีรษะก็ไม่เป็นไร จับศีรษะได้สบาย เขากลับมีกำลังใจอีกด้วยซ้ำ แต่ว่าเขายอมเสียสละคราวหนึ่ง

ถ้าเจอกันตามทาง ไปจับศีรษะอย่างนั้นตีกันเลย นี่มันเกิดทุกข์ตรงตัวนี้ มันยึดมั่นถือมั่นตัวนี้ อาตมาเคยไปในประเทศต่างๆ เขาจับหัวกันเลย ผู้หญิงก็ตาม ผู้ชายก็ตาม จับหัวกันเลย มันก็จริงของเขานะนี่ ถ้าไม่ยึดมั่นมากมันก็ผาสุกจริงๆ ถ้ามาในเมืองไทยนี้จะจับหัวเข่านี่ก็ไม่เป็นไร เราไม่ได้ถือมัน ถ้าจับหัวก็ถือกันจริงๆว่าเป็นสิ่งที่สำคัญที่สุด นี่คือความยึดความหมายมั่น ที่จริงทุกๆส่วนในร่างกายนี้มันก็เท่าๆกัน แต่ส่วนที่เรายึดแท้ๆนี่คนเราก็ผูกพันไว้ซึ่งความยึดมั่นถือมั่น

อันนั้นแหละเป็นเหตุ ที่นั้นเป็นเหตุให้ทุกข์เกิด ฉะนั้นเราดับเหตุเสียไม่ให้มันมีรากฐาน อย่าให้มันมีพื้นฐานที่ทุกข์จะเกิด เช่นว่า เราพิจารณาร่างกายของเรามันก็เสมอกันทั้งนั้น ทางล่างกับทางหัวมันก็พอปานกัน ข้างๆกับทางหัวมันก็พอปานกัน มันก็พอปานเก่าอยู่ถ้าเราคิดให้ดีๆ เขามาตบหัวเรามันก็พอปานเก่าอยู่ไม่เป็นไร นี่คือผู้ที่ละเหตุได้ มันมีเรื่องเท่านี้แหละมนุษย์เรานี้ มีความยึดมั่นรูปเดียวเท่านี้ อาศัยรูปเดียวเท่านี้ก็ฆ่ากันเลย มันก็เรื่องเท่านี้เอง ไม่มีเรื่องมาก พูดถึงส่วนบุคคลก็เป็นเรื่องเท่านั้น เรื่องครอบครัวก็เรื่องเท่านี้ เรื่องประเทศชาติก็ไม่มีอะไรมีเท่านี้ ไม่มีใครได้

เลยรบกันฆ่ากัน เลยไม่มีใครได้อะไรสักคน ไม่รู้เป็นอะไร ฆ่ากันเฉยๆ

มีอำนาจ มีลาภ มียศ มีสรรเสริญ มีสุข มีทุกข์ มันเป็นโลกธรรม ธรรมที่ครอบงำสัตว์โลกอยู่ สัตว์โลกจึงเป็นไปตามโลกธรรม มีนินทาหนึ่ง มีสุขหนึ่ง มีทุกข์หนึ่ง ท่านเรียกว่าโลกธรรม ธรรมเหล่านี้เป็นธรรมที่ชั่ว เป็นธรรมที่นำความทุกข์มาให้ ถ้าไม่ภาวนา ถ้าไม่พิจารณารู้เท่ามันก็เป็นทุกข์ ฆ่ากันก็ได้ ทำอะไรกันก็ได้ เรื่องลาภเรื่องยศเรื่องอำนาจนี่ เพราะอะไร เพราะถ้าไม่ได้ภาวนา ไม่ได้พิจารณา มันไม่สม่ำเสมอกัน เดี๋ยวเขาตั้งเป็นนั่นเป็นนี่ขึ้นมา เป็นผู้ใหญ่บ้าน เป็นกำนันขึ้น เป็นนั่นเป็นนี่ เป็นขึ้นเลย แต่ก่อนเคยมีผู้เฒ่าเล่าเรื่องผู้ใหญ่บ้านชั่วให้ฟัง พอเขาให้ยศเป็นผู้ใหญ่บ้าน ตั้งเป็นผู้ใหญ่บ้านขึ้นมา ก็หลงอำนาจตน เพื่อนเก่าก็เล่นด้วยไม่ได้เหมือนเก่านี่ละ มาแล้วก็ว่า “อย่ามาใกล้กันนะ มันไม่เหมือนเก่าแล้วนะ”

มีลาภก็ดี มียศก็ดี มีสรรเสริญก็ดี มีสุข มีทุกข์ก็ดี พระพุทธองค์ก็ให้รู้มันเสีย ให้มันพอปานเก่าเท่านั้นแหละ เอาไว้เพื่อใช้ในการงาน แล้วก็วางไว้พอปานเก่า

เป็นคนผู้เดียวกับผู้เก่า ถ้าไม่รู้เท่าลาภ ยศ สรรเสริญ นินทา ก็ฆ่ากันเลย หลงอำนาจของตน หลงลูกหลาน หลงหมดทุกคน ถ้ารู้จักดีแล้วก็เห็นว่าเป็นพวกเดียวกันเถอะ เรื่องนี้เป็นเรื่องสมมุติแท้ๆ แต่มันเป็นกิเลสมาก ท่านเรียกว่าโลกธรรม สัตว์โลกย่อมเป็นไปตามธรรมนี้

มีคำสอนของพระพุทธเจ้าว่า เรื่องทั้งหลายเหล่านี้มันเกิดขึ้นมาทีหลัง เมื่อเกิดมาแรกๆ ก็มีแต่รูปกับนามเกิดขึ้นมาเฉยๆ ครั้งเอา นาย "ก" เข้ามาใส่ นี่เป็นไปด้วยสมมุติ ต่อมาก็มีเรื่องนายพลนายพันขึ้นมา ถ้าไม่รู้เรื่องสิ่งทั้งหลายเหล่านี้ ก็ถือว่าเป็นของจริง ก็เลยแบกไว้ แบกลาภไว้ แบกยศไว้ แบกชื่อ แบกเสียงไว้ มีอำนาจชี้นกให้เป็นนก ชี้หนูให้เป็นหนู หมดทุกอย่างก็ได้ เกิดอำนาจขึ้นมาเอาคนนั้นไปฆ่าเสีย เอาคนนี้ไปติดคุกเสีย อย่างนั้นแหละจึงมีอำนาจขึ้นมาเพราะเกียรติ คำที่ว่าเกียรตินั้นตรงนั้นแหละมันเป็นอุปาทาน พอมีเกียรติขึ้นมา เป็นต้น ก็สั่งเลย ผิดๆ ขัดๆก็ทำไปด้วยอำนาจของตน ทำไปตามอารมณ์ของตน ก็เลยไปตามความผิดอันนั้นเรื่อย มันจึงขาดจากธรรมะ

นี่เรื่องข้อปฏิบัติ ถ้ารู้แล้วก็ไม่ทำอย่างนั้น ความดีความชั่ว มันมีแต่ไหนแต่ไรมา ลาภยศมันก็มีขึ้นมา ก็ให้มัน

มีแต่เฉพาะลาภนั้น เฉพาะยศนั้น อย่าให้มันมีมาถึงเรา เอามาใช้เฉยๆตามการงาน แล้วก็แล้วไป เราก็พอปานเก่า ถ้าเราได้ภาวนาเรื่องสิ่งเหล่านี้แล้ว ถึงมันจะได้อะไรขึ้นมาก็ดี ก็ไม่มีหลง สบายอยู่เหมือนเก่า มีลักษณะคล้ายคลึงกันทั้งหมด ไม่มีอะไร เรื่องนี้พระพุทธเจ้าให้พิจารณาอย่างนี้จึงจะรู้เรื่องมันตามเป็นจริง ถ้าเราได้อะไรขึ้นมา ไม่มีอะไรจะปรุงได้ แต่งได้ เขาตั้งให้เป็นกำนัน เป็นแต่ไม่เป็น เขาจะให้เป็นผู้ใหญ่บ้าน ก็เป็นอยู่แต่ไม่เป็น เขาให้เป็นอันนั้นอันนี้ก็เป็นอยู่แต่ไม่เป็น เบื้องปลายเราจะเป็นอะไร? มันก็ตายเหมือนเก่าเท่านั้นแหละ

เขาจะให้เป็นกำนัน เป็นผู้ใหญ่บ้าน มันก็ยังเหมือนเก่าจะว่าอย่างไร ถ้าเราคิดอย่างนั้นแล้วมันก็ดี แน่นหนาดีมันก็พอปานเก่าเท่านั้นแหละ นี่เรียกว่าคนไม่หลง จะเอาอะไรมาให้มันก็ยังเป็นอย่างนั้นแหละ มันสักแต่ว่าสังขารไม่มีอะไรจะมาปรุงจะมาแต่งจิตใจอันนี้ได้อีก ไม่มีอะไรจะมาย้อมมันได้อีก เครื่องย้อมใจให้เกิดราคะ โทสะ โมหะ ไม่มีอันนี้แหละเป็นผู้ที่บำรุงพระพุทธศาสนา ให้ผู้ที่ถูกบำรุงก็ดี ผู้ที่ตั้งใจบำรุงก็ดี ให้คิดในแง่นี้ให้มาก ให้มีศีลธรรมเกิดขึ้นในจิตใจของตน

นี่สรุปได้ว่า การบำรุงพระพุทธศาสนาที่แน่นอนต้องบำรุงอย่างนี้ บำรุงให้อาหาร ให้การขบการฉัน ให้ที่อยู่อาศัย ให้ยาบำบัดโรค ก็ถูกเหมือนกัน แต่มันถูกแต่กระพี้ของมัน ฉะนั้น ทายกทายิกาทั้งหลายที่ได้มาฟังเทศน์ฟังธรรมบำเพ็ญกุศลนั้น อย่าลืมอันนี้ **ไม้มันก็มีเปลือก มีกระพี้ มีแก่น สิ่งทั้งสามนี้อาศัยซึ่งกันและกัน** จะมีแก่นได้ก็เพราะเปลือก จะมีเปลือกได้ก็เพราะกระพี้ จะมีกระพี้ได้ก็เพราะแก่น **มันรวมกัน เหมือนกับศีล สมาธิ ปัญญา** ศีลคือการตั้งกาย วาจา ให้เรียบร้อย สมาธิก็คือการตั้งใจมั่น ปัญญาคือการรอบรู้ในกองสังขารทั้งหลาย ให้เรียนกันอย่างนี้ ให้ปฏิบัติอย่างนี้ เป็นปฏิบัติบูชา จึงจะเป็นผู้ที่บำรุงพระพุทธศาสนาที่ลึกซึ้ง

ถ้าหากว่าเราไม่ได้เอาสิ่งทั้งหลายนี้มาปฏิบัติที่ใจ ที่มีลาภมากก็หลง มียศก็หลง จะมีอะไรก็หลงหมดทุกอย่าง มันเป็นเรื่องอย่างนั้น ถ้าหากว่าเราบำรุงแต่สิ่งทั้งหลายภายนอก เรื่องทะเลาะขัดแย้งกันไม่มีหยุด เรื่องผู้นั้นก่อกรรมกับคนนี้ก็ไม่หยุด เรื่องการแทงมีดกันยิงปืนกันก็ไม่มีหยุด ก่อนจะหยุดได้ต้องพิจารณาเรื่องลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ทุกข์ นินทา พิจารณาข้อประพฤติปฏิบัติให้เป็นศีลธรรม

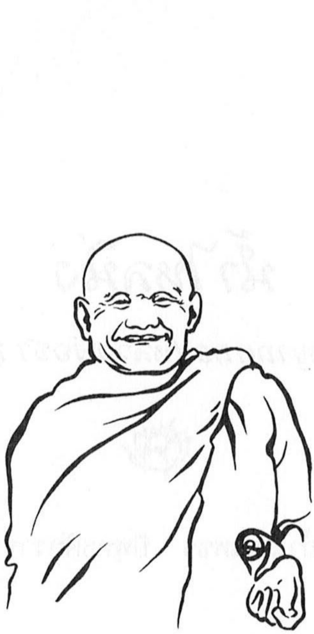
ให้ระลึกว่าชาวโลกเรานี้ก็เป็นก้อนเดียวกัน เห็นว่าเราก็เหมือนเขา เห็นเขาก็เหมือนเรา เขาสุขเราก็สุข เขาทุกข์เราก็ทุกข์เหมือนกัน มันก็พอปานกัน พิจารณาอย่างนี้ก็จะเกิดความสบาย เกิดธรรมะขึ้นมา นี่เป็นหลักของพระพุทธศาสนา ผู้ที่บำรุงพระพุทธศาสนา ก็บำรุงศีล บำรุงสมาธิ บำรุงปัญญาให้เกิดขึ้นสม่ำเสมอได้ จึงจะเป็นผู้ที่บำรุงพระพุทธศาสนาอย่างถูกต้อง อันนี้ให้เราไปคิดดู

โอกาสที่บรรยายธรรมะแก่ญาติโยมทั้งหลายก็สมควรแล้ว ท้ายที่สุดนี้ **ก็ขอให้จงพากันตั้งอกตั้งใจจำข้อความเหล่านี้ไปพินิจพิจารณา ให้บำรุงด้วยการปฏิบัติอย่างแท้จริงทุกๆคน ขอให้จงเป็นสุขเป็นสุขกันทุกๆคนเถิด**

น้ำไหลนิ่ง

พระโพธิญาณเถร (หลวงพ่อชา สุภัทโท)

แสดงที่ถ้ำแสงเพชร ปีพุทธศักราช ๒๕๒๔



น้ำไหลนิ่ง

เอ้า!....ตั้งใจทุกคน อย่าทำจิตให้มันเพ่งไปที่คนโน้นคนนี้ ทำความรู้สึกคล้ายๆกับเรานั่งอยู่บนภูเขา อยู่ในป่าแห่งหนึ่งคนเดียวเท่านั้นแหละ ตัวเราที่นั่งอยู่เฉพาะปัจจุบันนี้ มีอะไรบ้าง มีแต่กายกับจิตเท่านั้น โดยตรงจะมีกายกับจิตสองอย่างเท่านั้น กายคือ สิ่งทั้งหมดที่เรานั่งอยู่ในก้อนนี้เป็นกาย จิตก็คือสิ่งที่นึกคิดรับรู้อารมณ์ในปัจจุบันนี้ เรียกว่าจิต ท่านเรียกว่านามรูป นามหมายถึงสิ่งที่ไม่เป็นรูป ไม่มีรูปจะเป็นความนึกคิดอะไรก็ได้ หรือความรู้สึกทุกอย่างเรียกว่าเป็นนาม เช่น เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ นี่ก็ไม่มีตัวตนเป็นนามธรรม ตาเห็นรูปเรียกว่ารูป เกิดความรู้สึกเป็นนาม เรียกว่ารูปธรรม นามธรรม หรือเรียกว่ากายกับจิต

ที่เรานั่งอยู่ปัจจุบันนี้มีกายกับจิต ให้เราเข้าใจอย่างนี้ สิ่งทั้งหลายมันเกิดจากนี้ มันมุ่งหลายอย่าง ฉะนั้น ถ้าเราต้องการความสงบให้เรารู้รูปกับนามหรือกายกับจิตเท่านี้ก็พอ แต่จิตที่มีอยู่เดี๋ยวนี้เป็นจิตที่ยังไม่ได้ฝึก จิตนี้ยังสกปรก จิตนี้ยังไม่สะอาด ไม่ใช่จิตเดิม จำเป็นจะต้องฝึกหัดจิตอันนี้ ดังนั้นท่านจึงให้สงบเป็นบางครั้ง

บางคนเข้าใจว่า การนั่งนี้แหละเป็นสมาธิ แต่ความเป็นจริง การยืน การเดิน การนั่ง การนอน ก็เป็นการปฏิบัติทั้งนั้น ทำสมาธิให้เกิดได้ทุกขณะ สมาธิหมายตรงเข้าไปว่าความตั้งใจมั่น การทำสมาธิไม่ใช่การไปกักขังตัวไว้

บางคนก็เข้าใจว่า "ฉันจะต้องหาความสงบ จะไปนั่งไม่ให้มีเรื่องอะไรเกิดขึ้นเลย จะไปนั่งเงียบๆ" อันนั้นก็คนตายไม่ใช่คนเป็น

การทำสมาธิคือทำให้รู้ ทำให้เกิดปัญญา ทำให้มีปัญญา สมาธิคือความตั้งใจมั่น มีอารมณ์อันเดียว อารมณ์อันเดียวคืออารมณ์อะไร คืออารมณ์ที่ถูกต้องนั่นแหละ เรียก

ว่าอารมณ์อันเดียว ธรรมดาคนเราอยากจะไปนั่งให้มันเงียบเฉยๆ โดยมากนักศึกษา นักเรียน เคยมากราบอาตมาว่า "ดิฉันนั่งสมาธิมันไม่อยู่ เดี๋ยวมันก็วิ่งไปโน้น เดี๋ยวมันก็วิ่งไปนี้ ไม่รู้จะทำอย่างไรจึงจะให้มันอยู่ให้มันหยุด" **ของนี้เป็นของหยุดอยู่ไม่ได้ ไม่ใช่ว่าไม่ให้มันวิ่ง** มันเกิดความรู้สึกขึ้นในที่นี้ บางคนก็มาฟ้อง "มันวิ่งไปฉันก็ดึงมันมา ดึงมันมาอยู่ที่นี้ เดี๋ยวมันก็เดินไปที่นั้นอีก...ดึงมันมา" มันก็เลยนั่งดึงอยู่อย่างนั้นแหละ

จิตอันนี้เข้าใจว่ามันวิ่ง แต่ความเป็นจริงมันวิ่งแต่ความรู้สึกของเรา อย่างศาลาหลังหนึ่ง "แหม มันใหญ่เหลือเกิน" มันก็ไม่ใหญ่หรอก ที่ว่ามันใหญ่มันเป็นเพราะความรู้สึกของเราว่ามันใหญ่เท่านั้น ศาลาหลังนี้มันไม่ใหญ่แต่เรามาเห็น "แหม ศาลานี้มันใหญ่เหลือเกิน" ไม่ใช่ศาลา**มันใหญ่อย่างนั้น มันเป็นแต่ความรู้สึกของเราว่ามันใหญ่** ความเป็นจริงศาลาแห่งนี้มันก็เท่านั้น มันไม่ใหญ่ไม่เล็ก มันเป็นอย่างนี้ อย่างนั้นเราก็วิ่งไปตามความรู้สึกนึกคิดของเรา

การภาวนาให้มันสงบ คำว่าสงบนั้นเราจะต้องรู้เรื่องของมัน ถ้าไม่รู้เรื่องของมัน มันก็ไม่สงบ ยกตัวอย่างเช่นว่า วันนี้เราเดินทางมาจากไหนก็ไม่รู้ ปากกาที่เราซื้อมาตั้งห้าร้อยบาทหรือพันบาท เรารักมัน พอเดินมาถึงที่นี้บังเอิญเราเอาปากกาไปวางในที่หนึ่งเสีย เช่นเอาใส่กระเป๋าหน้า อีกวาระหนึ่งเอาใส่ในกระเป๋าหลัง ก็เลยมาคลำดูกระเป๋าหน้าไม่เห็นเสียเลย โอ๊ย! ตกใจแล้ว ตกใจ เพราะมันไม่รู้ตามความเป็นจริง มันก็วุ่นวายอยู่อย่างนั้น จะยืนจะเดินจะเหินไปมาก็ไม่สบาย นึกว่าปากกาของเราหาย ก็เลยทุกข์ไปด้วย เพราะความรู้ผิด

คิดผิด รู้ผิดเช่นนี้มันเป็นทุกข์ ทีนี้เราก็กังวล กังวลไปกังวลมา “แหม มันเสียดายปากกา เพิ่งเอามาใช้ไม่กี่วันมันก็หาย” มีความกังวลอยู่อย่างนี้ อีกขณะหนึ่งนึกขึ้นมา “อ๋อ เราไปอาบน้ำตรงนั้น จับมาใส่กระเป๋าหลังตรงนี้” แน่ะพอนึกได้เช่นนี้ ยังไม่เห็นปากกาเลย ดีใจเสียแล้ว นั่นเห็นไหม ดีใจเสียแล้ว ไม่กังวลในปากกานั้น มันแน่ใจแล้วเดินมาก็คลำดูในกระเป๋าหลังนี้ นี่อย่างนี้ มันโกหกเราทั้งนั้นแหละ ปากกาไม่หาย มันโกหกว่ามันหาย เราก็ทุกข์เพราะความไม่รู้ จิตมันก็กังวลเป็นธรรมดาของมัน เป็นอย่างนั้น

ทีนี้เมื่อเห็นปากกาแล้ว รู้แน่แล้ว หายสงสัยแล้ว มันก็สงบ ความสงบเช่นนี้เรียกว่าเห็นต้นตอมัน เห็นตัวสมุทัยอันเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ พอเรารู้จักว่าเราเอาไว้ในกระเป๋าหลังนี้แน่นอนแล้ว มันเป็นนิโรธดับทุกข์ มันเป็นเสียอย่างนี้

อย่างนั้นต้องพิจารณาหาความสงบ ที่ว่าเราทำสงบหรือสมาธินี้มันสงบจิต ไม่ใช่สงบกิเลสหรอก เรานั่งทับมันไปให้มันสงบเฉยๆ เหมือนกับหินทับหญ้า หญ้ามันก็ดับไปเพราะหินมันทับ อีกสามสี่ห้าวันเรามายกหินออก หญ้ามันก็เกิดขึ้นอีก แปลว่าหญ้ามันยังไม่ตาย คือมันระงับเฉยๆ เช่นเดียวกับนั่งสมาธิ มันสงบจิตไม่ใช่สงบกิเลส นี่เรื่องสมาธิจึงเป็นของไม่แน่นอน ฉะนั้น การที่สงบนี้เราจะต้องพิจารณา สมาธิก็สงบแบบหนึ่ง แบบหินทับหญ้า หลายวันไปยกหินออกจากหญ้า หญ้าก็เกิดขึ้นอีก นี่สงบชั่วคราว

สงบด้วยปัญญาคือไม่ยกหินออก ทิ้งมันไว้อย่างนั้น ทับมันไว้ ไม่ยกหินออก หญ้ามันเกิดไม่ได้ นี่เรียกว่าสงบแท้ สงบกิเลสแน่นอน นี่เรียกว่า ปัญญา

ตัวปัญญากับตัวสมาธินี้ เมื่อเราพูดแยกกันออกก็คล้ายๆคนละตัว แต่ความเป็นจริงมันเป็นตัวเดียวกันนั่นเองแหละ ตัวปัญญามันเป็นเครื่องเคลื่อนไหวของสมาธิเท่านั้น มันออกจากจิตอันนี้เอง แต่มันแยกกันออกไป มันเป็นคนละลักษณะ เหมือนมะม่วงใบนี้ ลูกมะม่วงใบหนึ่งใบเล็กๆ เดี๋ยวมันก็โตขึ้นมาอีก แล้วมันก็สุก **มะม่วงใบนี้ก็คือมะม่วงใบเดียวกัน** ไม่ใช่คนละใบ มันเล็กก็ใบนี้ มันโตก็ใบนี้ มันสุกก็ใบนี้ แต่มันเปลี่ยนลักษณะ เราปฏิบัติธรรม อาการอย่างหนึ่งท่านเรียกว่าสมาธิ อาการอย่างหลังท่านเรียกว่าปัญญา **แต่ความเป็นจริงศีล สมาธิ ปัญญา คือของอันเดียวกัน ไม่ใช่คนละอย่าง** เหมือนมะม่วงใบเดียวกัน ผลมันเล็กก็ใบนั้น มันสุกก็ใบนั้น ใบเดียวนั่นแหละ **แต่ว่ามันเปลี่ยนอาการเท่านั้น**

ความจริงการปฏิบัตินี้ อะไรก็ช่างมัน ให้เริ่มออกจากจิต **ให้เริ่มจากจิต** รู้จักจิตของเราไหม จิตเรามันเป็นอย่างไร มันอยู่ที่ไหน มันเป็นอะไร ก็คงงงหมดทุกคน จิตมันเป็นอย่างไร จิตอยู่ตรงไหนไม่รู้ ไม่รู้จัก รู้จักแต่ว่าเราอยากจะไปโน่น อยากจะไปนี่ มันเป็นสุขหรือมันเป็นทุกข์ แต่ตัวจิตจริงๆนี้มันก็รู้ไม่ได้

จิตนี้มันคืออะไร จิตนี้ก็ไม่คืออะไร มันจะคืออะไรล่ะ จิตนี้ เราสมมุติขึ้นมาว่า สิ่งที่มันรับอารมณ์ดีอารมณ์ชั่วทั้งหลายเป็นจิต เหมือนกับเจ้าของบ้าน ใครรับแขกเป็นเจ้าของบ้าน แขกจะมารับเจ้าของบ้านไม่ได้หรอก เจ้าของบ้านต้องอยู่บ้าน แขกมาหาเจ้าของบ้านต้องรับ ใครรับอารมณ์ ใครเป็นผู้รับอารมณ์ ใครปล่อยอารมณ์ ใครเป็นผู้ปล่อยอารมณ์ ตรงนั้นแหละท่านหมายถึงว่าจิตใจ แต่เราไม่รู้เรื่องก็มาคิดวนไปเวียนมา อะไรเป็นจิต อะไรเป็นใจ เลยวุ่นกันจนเกินไป เราอย่าเข้าไปเข้าใจมากถึงขนาดนั้นซิ อะไรมันรับอารมณ์ อารมณ์บางอย่างมันชอบ อารมณ์บางอย่างมันไม่ชอบ นี้คือใคร ที่ชอบไม่ชอบนี่ มีไหม มี แต่มันเป็นอย่างไรก็ไม่รู้ เข้าใจไหม? มันเป็นอย่างนี้แหละ ตัวนี้แหละที่เรียกว่าจิต อย่าไปดูมันไกลเลย

การปฏิบัติธรรมนี้ จะเรียกว่าสมาธิหรือวิปัสสนาก็ช่าง เราเรียกว่าปฏิบัติธรรมเท่านี้ก็พอ และก็ดำเนินจากจิตของเราขึ้นมา จิตคืออะไร คือผู้ที่รับอารมณ์นั่นแหละ มันถูกอารมณ์นี้ก็ดีใจบ้าง อารมณ์นั้นเสียใจบ้าง ตัวที่รับอารมณ์นั่นแหละ มันพาเราสุข พาเราทุกข์ มันพาเราผิด

มันพาเราถูก ตัวนั้นแหละ แต่ว่ามันไม่มีตัว สมมุติว่าเป็นตัวเฉยๆ แต่ว่าเป็นนามธรรม ดีมีตัวไหม ชั่วมีตัวไหม สุขมีตัวไหม ทุกข์มีตัวไหม ไม่เห็นมันมี มันกลมหรือมันเป็นสี่เหลี่ยม มันสั้นหรือมันยาวขนาดไหน รู้ไหม มันเป็นนามธรรม มันเปรียบไม่ได้หรอก แต่เรารู้ว่ามันมีอยู่

ฉะนั้นท่านจึงให้เริ่มจากการทำจิตของเราให้สงบ ทำให้มันรู้ จิตนี้ถ้ามันรู้อยู่มันก็สงบนะ บางคน รู้ก็ไม่เอา ให้มันสงบจนไม่มีอะไร เลยไม่รู้เรื่อง ถ้ามันขาดผู้รู้ตัวนี้เราจะอาศัยอะไร ไม่มีสั้น มันก็ไม่มียาว ไม่มีผิด ก็ไม่มีถูก

แต่เราทุกวันนี้เรียนกันไป ศึกษากันไป หาความผิด หาความถูก หาความดี หาความชั่ว ไอ้ความไม่ผิดไม่ถูกนั้นไม่รู้ จะหาแต่รู้ว่ามันผิดหรือถูก “ฉันจะเอาแต่ถูก ผิดไม่เอา” จะเอาไปทำไม? เอาถูกประเดี๋ยวมันก็ผิดอีกนั่นแหละ มันถูกเพื่อผิด เราก็แสวงหาความผิดความถูก ความไม่ผิดไม่ถูกไม่หา หรือแสวงเอาบุญก็แสวงไป รู้แต่บุญแต่บาป เรียนกันไป ตรงที่ว่าไม่มีบาปไม่มีบุญนั้นไม่ได้เรียนกัน ไม่รู้จักเอาแต่เรื่องมันสั้นมันยาว เรื่องไม่สั้นไม่ยาวนั้นไม่ศึกษากัน

เรียนแต่เรื่องดีชั่ว "ฉันจะปฏิบัติเอาดี ชั่วฉันจะไม่เอา" ไม่มีชั่ว มันก็ไม่มีดีเท่านั้นแหละ จะเอาไง?

มีดเล่มนี้มันมีทั้งคม มันมีทั้งสัน มีทั้งด้าม มันมีทุกอย่าง เราจะยกมีดเล่มนี้ขึ้นมา จะเอาแค่คมมันขึ้นมาได้ไหม จะจับมีดเล่มนี้ขึ้นมาแต่สันมันได้ไหม เอาแต่ด้ามมันได้ไหม ด้ามมันก็ด้ามมีด สันมันก็สันมีด คมก็คมของมีด เมื่อเราจับมีดเล่มนี้ขึ้นมา ก็เอาด้ามมันขึ้นมา เอาสันมันขึ้นมา เอาคมมันขึ้นมาด้วย ไม่ใช่เอาแต่คมมันขึ้นมา

นี่เป็นตัวอย่าง อย่างนี้เราจะไปแยกเอาแต่สิ่งที่มันดี ชั่วก็ต้องติดไปด้วย เพราะเราหาสิ่งที่มันดี สิ่งที่ชั่วเราจะทิ้งมัน ไอ้สิ่งที่ไม่ดีไม่ชั่วเราไม่ได้ศึกษา มันอยู่ตรงนั้น เช่นนั้นมันก็ไม่จบซี เอาดี ชั่วก็ติดไปด้วย มันตามกันอยู่อย่างนั้น ถ้าเราเอาสุข ทุกข์ก็ตามเราไป มันติดต่อกันอยู่ ฉะนั้นพวกเราจึงศึกษาธรรมะกันว่า เอาแต่ดี ชั่วไม่เอา อันนี้เป็นธรรมะของเด็ก ธรรมะของเด็กมันเล่น ก็ได้อยู่แค่นี้ก็ได้ แต่ว่าเอาดีไป ชั่วมันก็ตามไปโน่น...ถึงปลายทางมันก็รกไม่ค่อยจะดี

ดูกันง่ายๆ โยมมีลูกนะ จะให้เอาแต่รัก เกลียดไม่เอา นี่เรื่องของคนไม่รู้ ทั้งสองอย่างนี้ เอารักเกลียดมันก็วิ่งตามมา ฉะนั้นเราตั้งหน้าตั้งตาปฏิบัติธรรมะให้มีปัญญา เราไปเรียนดีเรียนชั่ว เรียนดีมันเป็นอย่างไร ชั่วก็เรียนให้มันละเอียดมากที่สุด จนรู้จักดีรู้จักชั่ว เมื่อรู้จักดีรู้จักชั่วจะเอาอย่างไร เอาดีชั่วก็วิ่งตาม เรื่องสิ่งที่ว่าไม่ดีไม่ชั่วนั้นไม่ได้เรียนกัน นี่เรื่องที่จะต้องฉุดกันมาเรียน "ฉันจะเป็นอย่างนั้น ฉันจะเป็นอย่างนี้" แต่ **"ฉันจะไม่เป็นอะไร เพราะตัวฉันก็ไม่มี" อย่างนี้ไม่เรียนกัน มันจะไปเอาดี พอได้ดีได้ดีจนไม่รู้เรื่อง จะเมาดีซ้ำเสียอีก ดีเกินไปก็ไม่ดีอีกแหละชั่วอีก ก็กลับไปกลับมาอยู่อย่างนั้น**

เรื่องการพักจิตให้มันสงบ เพื่อรู้จักผู้ที่รับอารมณ์ในตัวตนว่ามันคืออะไร อย่างนั้นท่านจึงให้ตามกำหนดจิตตามผู้รู้ ให้ฝึกจิตนี้ให้เป็นผู้บริสุทธิ์ บริสุทธิ์แค่ไหนบริสุทธิ์จริงๆ ต้องเหนือดีเหนือชั่วขึ้นไปอีก บริสุทธิ์เหนือบริสุทธิ์ไปอีก หมด มันถึงจะหมดไป

ฉะนั้น ที่เราปฏิบัตินั่งสมาธินั้นสงบเพียงชั่วคราว เมื่อมันสงบแล้วมันก็มีเรื่อง ถ้ามีเรื่องก็มีผู้รู้เรื่อง รู้พิสูจน์ ไต่ถามติดต่อ วิพากษ์วิจารณ์ เมื่อไปสงบเฉยๆไม่มีอะไรหรอก บางทีคนที่ยังขังตัวมาก เห็นว่าความสงบนั้นก็คือการปฏิบัติที่แน่นอน แต่สงบจริงๆไม่ใช่สงบทางจิต ไม่ใช่สงบอย่างนั้น "ฉันจะเอาสุข ทุกข์ฉันไม่เอา" อย่างนี้สงบแล้ว พอตามไปตามไป เอาสุขอย่างเดียวก็ไม่สบายอีกแล้ว มันติดตามกันมา ทำให้ไม่มีสุขไม่มีทุกข์ในใจของเรานั่นแหละ สงบตรงนี้วิชานี้เราไม่ค่อยจะเรียนกัน ไม่ค่อยรู้เรื่อง

การฝึกจิตของเราให้ถูกทาง ให้แจ่มใสขึ้นมา ให้มันเกิดปัญญา อย่าไปเข้าใจว่านั่งให้มันเงียบเฉยๆ นั่นหินทับหญ้า บางคนก็เมา เข้าใจว่าสมาธิคือการนั่ง มันเป็นชื่อเฉยๆ ถ้ามันเป็นสมาธิ เดินก็เป็นสมาธิ นั่งก็เป็นสมาธิ สมาธิกับการเดิน สมาธิกับการนั่ง กับยืน กับนอน มันเป็นการปฏิบัติ บางคนก็บ่นว่า "ฉันนั่งไม่ได้หรอก รำคาญนั่งแล้วมันคิดไปถึงโน่นถึงนี่ คิดถึงบ้านถึงช่อง ฉันทำไม่ได้หรอก บาปมาก ให้มันหมดกรรมเสียก่อน จึงจะมานั่งใหม่"

เออ...ไป...ไปให้มันหมดกรรมลองดู...คิดไปอย่างนั้น ทำไมคิดอย่างนั้น นี่แหละเรากำลังศึกษาอยู่ เรานั่งปุ๊บประเดี๋ยว เอ้า...ไปโน่นแล้ว ตามไปอีกกำหนดอีก เอ้า..ไปโน่นอีกแล้ว นี้แหละตัวศึกษา ไอ้พวกเรามันเกโรงเรียนไม่อยากเรียน ธรรมชาติเหมือนนักเรียนมันเกโรงเรียนไม่อยากจะไปเรียนหนังสือ ไม่อยากเห็นมันสุข ไม่อยากเห็นมันทุกข์ ไม่อยากเห็นมันเปลี่ยนแปลง มันจะรู้อะไรไหม มันต้องอยู่กับการเปลี่ยนแปลงอย่างนี้ เมื่อเรารู้จักมัน อ้อจิตใจมันเป็นอย่างนี้นะ เดี๋ยวมันก็นึกถึงโน่น เดี๋ยวมันก็นึกถึงนี่ เป็นเรื่องธรรมดาของมัน ให้เรารู้มันเสีย การนึกอย่างนั้น เราก็รู้ว่านึกดี นึกชั่ว นึกผิด นึกถูก ก็รู้มันซิว่าจิตมันเป็นอย่างไร ถ้าเรารู้เรื่องของมันแล้ว ถึงเรานั่งอยู่เฉยๆ คิดถึงโน่นถึงนี่ มันก็ยังเป็นสมาธิอยู่ ถ้าเรารู้มันไม่รำคาญหรอก

ยกตัวอย่างเช่น สมมุติว่าที่บ้านโยมมีลิงตัวหนึ่ง โยมเลี้ยงลิงตัวหนึ่ง ลิงมันไม่อยู่นิ่งหรอก เดี๋ยวมันจับโน่นเดี๋ยวมันจับนี่ สารพัดอย่าง ลิงมันเป็นอย่างนั้น ถ้าโยมมาถึง

วัดอาตมา วัดอาตมาก็มีลิงตัวหนึ่งเหมือนกัน ลิงอาตมาก็อยู่ไม่นิ่งเหมือนกัน เดี๋ยวจับโน่นจับนี่ โยมไม่รำคาญใช่ไหม ทำไมไม่รำคาญล่ะ เพราะโยมเคยมีลิงมาแล้ว เคยรู้จักลิงมาแล้ว "อยู่บ้านฉันก็เหมือนกันกับเจ้าตัวนี้อยู่วัดหลวงพ่อ ลิงหลวงพ่อก็เหมือนลิงของฉันนั่นแหละ มันลิงอย่างเดียวกัน" โยมรู้จักลิงตัวเดียวเท่านั้น โยมจะไปกี่จังหวัด จะเห็นลิงกี่ตัว โยมก็ไม่รำคาญใช่ไหม? นี่คือคนรู้จักลิง ถ้ารู้จักลิงก็ไม่เป็นลิงซิเรา ฮือ **ถ้าเราไม่รู้จักลิง เห็นลิง เราก็เป็นลิงใช่ไหม?** เห็นมันไปคว้าโน่น จับนี่ ก็ ฮือ...ไม่พอใจ รำคาญไอ้ลิงตัวนี้ นี่คือคนไม่รู้จักลิง

คนรู้จักลิงเห็นอยู่บ้านก็ตัวเดียวกัน อยู่วัดถ้ำแสงเพชรก็เหมือนกัน อย่างนี้ มันจะรำคาญอะไร **เพราะเห็นว่าลิงมันเป็นอย่างนั้น** นี่ก็พอ สงบแล้ว ถ้ามันดิ้นมันก็ดิ้นแต่ลิง**เราไม่เป็นลิง สงบแล้ว** ถ้าลิงมันโดดหน้าโดดหลัง โยมก็สบายใจ ไม่รำคาญกับลิง เพราะอะไร เพราะโยมรู้จักลิงโยมจึงไม่เป็นลิง ถ้าโยมไม่รู้จักลิงโยมก็รำคาญ โยมรำคาญโยมก็เป็นลิง เข้าใจไหม นี่ เรื่องมันสงบอย่างนี้

อารมณ์ เรารู้อารมณ์ซิ เห็นอารมณ์ บางทีมันชอบ บางทีมันไม่ชอบ อย่างนี้ก็ช่างมันเป็นไร มันเป็นเรื่องของมัน มันก็เป็นอย่างนี้แหละ ก็เหมือนลิงน่ะแหละ ตัวไหนๆก็ลิงอันเดียวกัน เรารู้อารมณ์ บางทีชอบ บางทีไม่ชอบ เรื่องอารมณ์เป็นอย่างนี้ ให้เรารู้จักอารมณ์ รู้จักอารมณ์แล้วเราปล่อยเสีย อารมณ์มันไม่แน่นอนหรอก มันเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ทั้งนั้นแหละ เราดูมันไปก็อย่างนั้นแหละ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ได้รับอารมณ์เข้ามาปั๊บ ฮึ... ก็เหมือนกับเรามาเห็นลิง ลิงตัวนี้กับลิงตัวที่อยู่บ้านเราก็เหมือนกัน อย่างนี้มันก็สงบ เท่านั้นแหละ

เกิดอารมณ์ขึ้นมา เรารู้จักอารมณ์ซิ เราวิ่งตามอารมณ์ทำไม อารมณ์มันเป็นของไม่แน่นอน เดี๋ยวมันเป็นอย่างนั้น เดี๋ยวมันเป็นอย่างนี้ บางทีก็อยู่อย่างเก่า มันอยู่ด้วยการเปลี่ยนแปลงอย่างนี้โยม... ทุกวันนี้โยมก็อยู่ด้วยการเปลี่ยนแปลง บางทีลมมันออกแล้วลมมันเข้า มันเปลี่ยนแปลงอย่างนี้ ลองโยมสูดลมเข้าอย่างเดียวซิ ไม่ให้มันออกเสีย ลองดู เอ้าอยู่ได้ไม่กี่นาทีไหม หรือให้มันออกอย่างเดียวอย่าให้มันเข้าอีก ถ้าไม่เปลี่ยนแปลงอยู่ได้ไหม นี่มันอยู่ไม่ได้ จำเป็นต้องหายใจเข้าหายใจออก อย่างนี้ถึงจะเดินมาถึงวัดถ้ำแสงเพชรนี้ได้ ถ้าอั้นลมจากโน่นก็ตายแล้วป่านนี้

ไม่ได้ถึงหรอก นี่แหละให้เข้าใจอย่างนี้ อารมณ์ก็เหมือนกัน มันต้องมี ถ้าไม่มีอารมณ์ก็ไม่มีปัญญา ถ้าไม่มีผิด ก็ไม่มีถูก ถูกก่อนมันถึงมองเห็นความผิด หรือผิดก่อนมันรู้จักถูก เป็นเรื่องธรรมดา

ถ้าเป็นนักศึกษานักเรียนน่ะ ให้อารมณ์มันมากยิ่งดี อันนี้เราเห็นอารมณ์ไม่ชอบใจไม่อยากจะทำ ไม่อยากจะดูมัน นี่เรียกว่าเด็กมันเกโรงเรียน มันไม่อยากรับรู้ครูสอน นี่อารมณ์มันสอนเรา ไม่ใช่อื่นหรอก เมื่อเรารู้อารมณ์อย่างนี้คือเราปฏิบัติธรรมะ สงบอารมณ์มันก็เป็นอย่างนั้น มันเป็นเรื่องของมันอย่างนั้น เหมือนโยมเห็นลิง ลิงอยู่บ้านโยมๆไม่รำคาญ มาเห็นลิงที่นี้ก็ไม่รำคาญเหมือนกัน เพราะโยมรู้เรื่องของลิงแล้วใช่ไหม สบาย...

นั่น...ปฏิบัติธรรมะก็เหมือนกัน ธรรมะเป็นอย่างนี้ ธรรมะไม่ใช่ว่าอยู่อื่นไกลนะ มันอยู่ติดๆกับเรานี่แหละ ไม่ใช่เรื่องเทพบุตรเทพธิดาหรอก เรื่องของเรานี้เอง เรื่องของเราทำอยู่เดี๋ยวนี้แหละ เรื่องธรรมะคือเรื่องของเรา พิจารณาตัวเรานี้ บางทีมีความสุข บางทีมันมีความทุกข์ บางทีสบาย บางทีรำคาญ บางทีรักคนโน้น บางทีเกลียดคนนี้ นี้คือธรรมะ เห็นไหม

ให้รู้จักธรรมะ ต้องอ่านอารมณ์ ให้รู้จักอารมณ์นี้ **ถึงจะปล่อยอารมณ์ได้** เห็นว่าอารมณ์มันไม่แน่นอนแล้ว อย่างนี้เราก็สบาย มันเกิดลุกวูบขึ้นว่า **"ฮือ...อันนี้ไม่แน่หรอก"** แต่ไปอีก อารมณ์เปลี่ยนขึ้นมาว่า **"ฮือ...อันนี้ก็ไม่แน่"** สบาย... เหมือนโยมเห็นลิงโยมก็สบาย ไม่ได้สงสัย **ถ้ารู้จักอารมณ์แล้วนั่นแหละคือรู้จักธรรมะ ปล่อยอารมณ์ เห็นอารมณ์ว่ามันไม่แน่นอนสักอย่าง** โยมเคยดีใจไหม เคยเสียใจไหม "เคย!" ตอบแทนก็ได้ แน่นอนไหม "ไม่แน่" มันไม่แน่อย่างนี้

อันที่ว่าไม่แน่นอนนี่แหละคือพระพุทธเจ้า พระพุทธเจ้าก็คือธรรมะ ธรรมะคือสิ่งที่ว่ามันไม่แน่ ใครเห็นสิ่งที่ว่ามันไม่แน่ คนนั้นเห็นแน่นอนว่ามันเป็นอย่างนั้น ไม่เปลี่ยนแปลงเป็นอย่างอื่น มันเป็นของมันอย่างนั้น ธรรมะเป็นอย่างนั้น พระพุทธเจ้าท่านก็เป็นอย่างนั้น ถ้าเห็นธรรมะก็เห็นพระพุทธเจ้า เห็นพระพุทธเจ้าก็เห็นธรรมะ

ถ้าโยมรู้จักอนิจจัง มันไม่แน่นอน โยมก็จะปล่อยวางเอง ไม่ไปยึดมั่นถือมั่น โยมว่า "อย่ามาทำแก้วฉันแตกนะ" ของมันแตกได้ โยมจะห้ามมันได้ไหม ไม่แตกเวลานี้ต่อไปมัน

จะแตก เราไม่ทำแตก คนอื่นจะทำแตก คนอื่นไม่ทำแตก ไก่มันจะทำแตก **พระพุทธเจ้าท่านให้ยอมรับ** ท่านมองทะลุเข้าไปว่าแก้วใบนี้แตกแล้ว แก้วที่ไม่แตกนี้ท่านให้รู้ว่ามันแตกแล้ว จับทุกที ใส่น้ำดื่มน้ำเข้าไปแล้ววางไว้ ท่านก็ให้เห็นว่าแก้วมันแตกแล้ว เข้าใจไหม นี่คือความเข้าใจของท่านเป็นอย่างนั้น **เห็นแก้วที่แตกอยู่ในแก้วใบไม่แตก** เพราะเมื่อมันหมดสภาพแล้ว ไม่ดีเมื่อไหร่มันก็จะแตกเมื่อนั้น **ทำความรู้สึกอย่างนี้แล้วก็ใช้แก้วใบนี้ไป รักษาไป อีกวันหนึ่งมันหลุดมือแตก "ผัวะ!" ...สบายเลย**

ทำไมสบาย เพราะเห็นว่ามันแตกก่อนแตกแล้ว เห็นไหม แต่ถ้าเป็นโยม..."แหม ฉันถนอมมันเหลือเกิน อย่าทำให้มันแตกนะ" อีกวันหนึ่งสุนัขมาทำแก้วแตก "แน่ะอือ! เอาสุนัขตัวนี้ไปฆ่าทิ้งเสีย" เพราะสุนัขทำแก้วแตก เกลียดสุนัข ถ้าลูกทำแตกก็เกลียดลูก เกลียดทุกสิ่งทุกอย่างที่ทำให้แก้วแตก เพราะเราไปกั้นฝายไว้ไม่ให้น้ำไหลออกไป กั้นไว้อย่างเดียว ไม่มีทางระบายน้ำ ฝายมันก็แตกเท่านั้นแหละ ใช่ไหม ต้องทำฝายแล้วทำระบายน้ำด้วย พอน้ำได้ระดับแค่นี้ก็ระบายน้ำข้างๆนี้ เมื่อมันเต็มที่ก็ให้มันออกมา

ข้างนี้ใช่ไหม ต้องมีทางระบายอันนี้ ท่านเห็นอนิจจังมันไม่เที่ยงอยู่อย่างนั้น นั่นแหละเป็นทางระบายของท่าน อย่างนี้โยมจะสงบ นี่คือปฏิบัติธรรมะ

ฉะนั้นอาตมาถือว่า การยืน เดิน นั่ง นอน อาตมาปฏิบัติไปเรื่อยๆ มีสติคุ้มครองอยู่เสมอเลย นี่คือสมาธิ สมาธิคือปัญญา พูดแล้วมันอันเดียวกัน มันเหมือนกัน แต่มันไปแยกกันโดยลักษณะเท่านั้น มันก็อันเดียวกัน ถ้าเราเห็นอนิจจัง แปลว่ามันไม่แน่ เราเห็นชัดเข้าไปว่ามันไม่แน่ นั่นละคือว่าเราเห็นว่ามันแน่ แน่อะไร แน่ว่ามันเป็นไปอย่างนั้น ไม่แปรเป็นอย่างอื่น เข้าใจไหม เท่านี้แหละรู้จักพระพุทธเจ้าแล้ว ได้กราบพระพุทธเจ้าแล้ว ได้กราบธรรมะของท่านแล้ว เอาหลักนี้ไปพิจารณา

ถ้าโยมไม่ทิ้งพระพุทธเจ้า โยมไม่ทุกข์หรอก ถ้าทิ้งพระพุทธเจ้าเมื่อไหร่ทุกข์เลย ทิ้งอนิจจัง ทุกขัง อนัตตาเมื่อไหร่ทุกข์เมื่อนั้น ให้เข้าใจอย่างนี้ อาตมาว่าการปฏิบัติแค่นี้ก็พอ ทุกข์ไม่เกิดขึ้น ทุกข์เกิดมันก็ดับได้ง่ายๆ แล้วก็เป็นเหตุเดียวกับทุกข์ไม่เกิดต่อไป มันจบตรงนั้นแหละ

ทุกข์ไม่เกิด ทุกข์ไม่เกิดเพราะอะไร เพราะไประวัง **เหตุคือตัวสมุทัย** เช่นแก้วมันจะแตกอยู่นี่ เมื่อมันแตกทุกข์ขึ้นมาเลยใช่ไหม เรารู้ว่าอันนี้เป็นเหตุให้เกิดทุกข์ นี่แหละตัวสมุทัย เมื่อมันแตกปุ๊บก็เป็นทุกข์ ก็ทำลายต้นเหตุทุกข์เสีย **ธรรมมันเกิดเพราะเหตุ ดับมันก็ดับเพราะเหตุ** อันนี้ถ้ามันจะทุกข์ก็เพราะแก้วใบนี้มันแตก แล้วเราโมโหขึ้นมาก็เป็นทุกข์ ถ้าเรารู้ก่อน ว่าแก้วใบนี้มันแตกแล้วทั้งที่มันยังไม่แตก สมุทัยมันก็ดับไม่มี **ถ้าไม่มีทุกข์มันก็เป็นนิโรธดับทุกข์ เพราะดับเหตุแห่งทุกข์นั้น**

เรื่องเท่านี้แหละโยม ไม่มากหรอก เรื่องเท่านี้ อย่าออกจากนี้ไป พยายามอยู่ตรงนี้ พิจารณาอยู่ตรงนี้ เริ่มจากจิตใจของเรานี้ พูดง่ายๆ ทุกๆคนให้มีศีลห้าเป็นพื้น นี่ไม่ต้องไปเรียนพระไตรปิฎกหรอก โยม ดูศีลห้า พยายามสม่ำเสมอ ระวังไว้ ทีแรกมันพลาดไป...หยุด...กลับมา...รักษาไปอีก บางทีมันหลงพลาดไปอีก รู้แล้วกลับมา อย่างนี้ทุกครั้งทุกคราว สติมันถี่เข้าเหมือนน้ำในกาน้ำ เราปล่อยน้ำให้มันไหลลงเป็นหยด ต๋อม... ต๋อม... ต๋อม... นี่สายน้ำมันขาด เราเร่งกาน้ำให้มาก น้ำก็ไหล ต๋อม ๆ ๆ ๆ ถี่ขึ้น เร่งเข้าไปอีก หายต๋อมเลยทีนี้ ไหลเป็นสายติดกันเลย เป็นสายน้ำ

หยดแห่งน้ำไม่มี ไปไหนล่ะ มันไม่ไปไหนหรอก มันกลายเป็นสายน้ำ มันถี่จนเกินถี่ มันเลยติดกันเสียจนเป็นสายน้ำอย่างนี้

ธรรมะก็เรื่องเดียวอย่างนี้ เรื่องอุปมาให้ฟัง เพราะว่ามันไม่มีอะไร ธรรมะมันไม่เป็นกลมไม่เป็นเหลี่ยม มันไม่รู้จัก นอกจากจะเปรียบเทียบอย่างนี้ ถ้าเข้าใจอันนี้ก็เข้าใจธรรมะ มันเป็นเสียอย่างนี้ **อย่าเข้าใจว่าธรรมะมันอยู่ห่างจากเรา มันอยู่กับเรา เป็นเรื่องของเรานี่แหละ** ลองดูซิ เดี๋ยวก็ดีใจ เดี๋ยวก็เสียใจ เดี๋ยวก็พอใจบ้าง เดี๋ยวก็โกรธคนนั้น เดี๋ยวก็เกลียดคนนี้ ธรรมะทั้งนั้นแหละโยม

ให้ดูเจ้าของนี้ว่า อะไรมันพยายามจะให้ทุกข์เกิดนั่นแหละ ทำแล้วมันทุกข์นั่นแหละแก้ไขใหม่ แก้ไขใหม่ มันยังไม่เห็นชัด ถ้ามันเห็นชัดแล้วมันไม่มีทุกข์ เหตุมันดับอยู่แล้ว ฆ่าตัวสมุทัยแล้วเหตุแห่งทุกข์ก็ไม่มี ถ้าทุกข์ยังเกิดอยู่ถ้ายังไม่รู้ มันยังทนทุกข์อยู่ อันนั้นไม่ถูกหรอก ดูเอาง่ายๆ มันจะติดตรงไหน เมื่อไหร่มันทุกข์เกินไป นั่นแหละมันผิดแล้ว เมื่อไหร่มันสุขจนเหิมใจเกินไป นั่นแหละมันผิดแล้ว มันจะมาจากไหนก็ช่างมันเถอะ รวมมันเลยทีเดียวนั่นแหละ ค้นหา

ถ้าเป็นเช่นนี้โยมจะมีสติอยู่ การยืน การเดิน การนั่ง การนอน ไปมาสารพัดอย่าง ถ้าโยมมีสติสัมปชัญญะอยู่เสมอ ถ้าโยมรู้อยู่ โยมจะต้องรู้ผิด รู้ถูก โยมจะต้องรู้จักดีใจ เสียใจทุกอย่าง เมื่อโยมรู้จักก็จะรู้วิธีแก้ไข แก้ไขมันโดยที่ว่า มันไม่มีทุกข์ ไม่ให้มันมีทุกข์

นี่การเรียนสมาธิอาตมาให้เรียนแบบนี้ ถึงเวลานั่งก็นั่งไปพอสมควร ไม่ผิดเหมือนกัน ให้รู้เรื่อง แต่การทำสมาธิไม่ใช่นั่งอย่างเดียว ต้องปล่อยมันประสบอะไรต่างๆ แล้วถ่ายทอดขึ้นมาพิจารณา พิจารณาให้มันรู้อะไรล่ะ พิจารณา **"เออ อันนั้นมันอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไม่แน่"** เป็นของไม่แน่ทั้งนั้นแหละโยม

"อันนี้มันสวย ฉันชอบเหลือเกิน" เออ ไม่แน่

"อันนี้ฉันไม่ชอบมันเลย" บอกมัน มันก็ไม่แน่เหมือนกัน ใช่ไหม ถูกเปี๊ยบเลย ไม่มีผิดหรอก แต่เอากะมันซิ "ฉันจะเอาอย่างนั้นมันแน่เหลือเกิน" ไปเสียแล้ว อย่า มันจะชอบขนาดไหนก็ช่างมันเถอะ เราต้องคิดว่ามันไม่แน่

อาหารบางสิ่งบางอย่างรับประทานไป "แหม อร่อยเหลือเกิน ฉันชอบมันเหลือเกิน" อย่างนี้ มันมีความรู้สึกในใจอย่างนี้ เราต้องพิจารณาว่า "อันนี้มันไม่แน่" อยากรู้จักว่ามันไม่แน่ไหม โยมชอบอาหารอะไรแน่เหลือเกิน เอ้าให้มันกินทุกวันๆ ทุกวันนะ เดี๋ยวโยมจะบ่นว่า "อันนี้มันไม่อร่อยเสียแล้ว" ลองดูซิ ต่อไปอีก "ฉันชอบอันนั้นอีก" ไม่แน่อีก นี่ มันต้องการถ่ายทอด โยม เหมือนลมหายใจเข้าออก มันต้องหายใจเข้าหายใจออก **มันอยู่ด้วยการเปลี่ยนแปลง ทุกอย่างอยู่ด้วยการเปลี่ยนแปลงอย่างนี้**

นี่อยู่กับเราไม่ใช่อื่น ถ้าเราไม่สงสัยแล้ว นั่งก็สบาย ยืนก็สบาย ไม่ใช่ว่าสมาธิเป็นแต่การนั่ง บางคนก็นั่งจนง่วงเหงาหาวนอนอยู่อย่างนั้นแหละ จะตายเอง ไม่รู้จะไปทิศใต้ทิศเหนือแล้ว อย่าไปทำถึงขนาดนั้นซิ มันง่วงพอสมควรแล้วก็เดิน เปลี่ยนอิริยาบถมันซิ ให้มันมีปัญญา ถ้าง่วงเต็มทีก็ให้มันนอนเสีย แล้วรีบลุกทำเพียรอย่างนี้ อย่าปล่อยให้มันเมาซิ เราเป็นนักปฏิบัติก็ต้องทำอย่างนั้น ให้มันมีเหตุผลปัญญา ความรู้รอบ รู้ไม่รอบไม่ได้ รู้ข้างเดียวไม่ได้ ต้องรู้อย่างนี้ เป็นวงกลมอย่างนี้

ให้เรารู้ออกจากใจกับกายของเรานี้ ให้เห็นเป็นอนิจจังว่ามันไม่แน่ทั้งกายและจิต ทุกสิ่งทุกอย่างก็เหมือนกันว่ามันไม่แน่ เก็บไว้ในใจ "แหม รับประทานอาหารชิ้นนี้มันอร่อยเหลือเกินนะ" บอกว่า "มันไม่แน่" ชกมันก่อน มันชอบใจ อันนี้ เราบอกว่าไม่แน่ ต้องชกมันก่อน แต่ว่าเขาชกเราทุกที ถ้าไม่ชอบก็ไม่ชอบเป็นทุกข์ เขาก็ชกเรา ถ้าชอบฉัน ฉันก็ชอบเขา เขาชกเราอีก เราไม่ได้ชกเขาเลย ต้องเข้าใจอย่างนี้ เมื่อใดเราชอบอะไรก็บอกในใจว่า "อันนี้มันไม่แน่" อะไรมันไม่ชอบในใจเราบอกว่า "อันนี้มันไม่แน่" ทำไว้เถอะ เห็นธรรมะ ต้องเห็นแน่นอน ต้องเป็นอย่างนี้

การปฏิบัติ การยืน การเดิน การนั่ง การนอนโยมจะมีความโกรธได้ทุกกิริยาไหม เดินก็โกรธได้ นั่งก็โกรธได้ นอนก็โกรธได้ อยากก็อยากได้ทุกขณะ บางทีนอนอยู่มันก็อยาก เดินอยู่มีแต่อยาก นั่งอยู่มันก็อยาก **เราจึงปฏิบัติผ่านมันไปถึงอิริยาบถทั้งสี่ ยืน เดิน นั่ง นอนให้สม่ำเสมอ** ไม่มีหน้าไม่มีหลัง ว่างั้นเถอะ เอากันอย่างนี้แหละ มันถึงรู้รอบอย่างนั้น จะไปนั่งให้มันสงบก็มีเรื่องวิ่งเข้ามา ยังไม่จบเรื่องนี้เรื่องนั้นก็วิ่งเข้าอีก ถ้ามันวิ่งเข้ามาเออ...เราก็บอกว่า มันไม่แน่ ชกมันก่อนเลย เรื่องอะไรก็

ช่าง พอมันวิ่งเข้ามาต้องชกมันเรื่อยๆ ชกมันก่อนเลยทีเดียวด้วย "ไม่แน่" นี่แหละ

อันนี้รู้จักจุดสำคัญของมัน ถ้าโยมรู้จักว่า **สิ่งทั้งหลายนี้มันไม่แน่ ความคิดของโยมที่อยู่ในใจมันค่อยคลี่คลายออก มันจะค่อยคลี่คลายออก เพราะเราจะเห็นว่ามันแน่อย่างนั้น** อะไรที่เราเห็นว่าไม่แน่ เมื่อเห็นมันผ่านมามากๆ อะไรๆก็อย่างนั้นแหละ วันหลังก็พิจารณา... **"เอ...อย่างนั้นแหละ"**

โยมรู้จักน้ำที่มันไหลไหม เคยเห็นไหม น้ำนิ่งโยมเคยเห็นไหม **ถ้าใจเราสงบแล้ว มันจะเป็นคล้ายๆกับน้ำมันไหลนิ่ง** โยมเคยเห็นน้ำไหลนิ่งไหม แน่ะ ก็โยมเคยเห็นแต่น้ำนิ่งกับน้ำไหล น้ำไหลนิ่งโยมไม่เคยเห็น ตรงนั้นแหละตรงที่โยมคิดยังไม่ถึงหรอกว่า **มันเฉยมันก็เกิดปัญญาได้** เรียกว่าดูใจของโยมมันจะคล้ายน้ำไหล แต่ว่านิ่ง **ดูเหมือนนิ่งดูเหมือนไหล เลยเรียกว่าน้ำไหลนิ่ง** มันจะเป็นอย่างนั้นปัญญาเกิดได้

สู่อสังขตะ

พระโพธิญาณเถร (หลวงพ่อชา สุภัทโท)

แสดงเมื่อวันแรม ๑๕ ค่ำ เดือนยี่ พุทธศักราช ๒๕๑๒



สู่อสังขตะ

ขอจงพากันตั้งใจฟังต่อไป วันนี้เป็นวันที่พุทธบริษัททั้งหลายจากหลายทิศหลายทางมารวมกันเพื่อสมาทานอุโบสถตามกาลสมัย ซึ่งพวกท่านได้มาจากถิ่นใกล้ถิ่นไกล กิจเบื้องต้นทำสำเร็จแล้ว ฉะนั้นต่อไปนี้เป็นโอกาสที่พวกเราทั้งหลายจะได้ตั้งอกตั้งใจฟังธรรม ซึ่งเป็นหลักสำคัญในทางพระพุทธศาสนาของเรา การฟังธรรมนั้นให้พากันเข้าใจว่า จุดของการฟังธรรมคือ จุดที่พวกเราจะได้มาทำความเข้าใจในสิ่งใดสิ่งหนึ่งซึ่งยังมิได้เข้าใจกัน ให้เข้าใจแจ่มแจ้งขึ้นไปอีก ผู้เข้าใจแล้วก็ทำความเข้าใจให้ยิ่งขึ้นไปอีก ฉะนั้น เรื่องที่จะทำความเห็นให้ถูกต้องนั้น ต้องเรียกว่าการเทศน์และการฟังเป็นเหตุ การเทศน์นี้แล้วแต่อุบายที่จะทำความเข้าใจให้ถูกต้องได้ สิ่งเหล่านั้นชื่อว่าการเทศน์ การแสดงทั้งหมดนั่นเอง

วันนี้การฟังธรรมก็จงพากันตั้งใจฟัง **ทีแรกก็ตั้งกายเพื่อผลที่จะฟัง แล้วก็ให้พากันตั้งใจ** จงเอามือวางลงบนตักเราให้สบาย มิให้ขัดข้องทางร่างกายของเรา คงเหลือแต่การตั้งไว้ในใจ ทำใจให้ตั้งมั่นเป็นสมาธิ เพราะจิตใจของเรานี้สำคัญมาก เป็นผู้ที่จะรับรู้ดี ชั่ว ผิด ถูก ทั้งหลายทั้งปวงอยู่ที่ใจทั้งนั้น **ถ้าหากว่าจิตใจของเราปราศจากสติแม้นาทีเดียว ก็ต้องเป็นบ้านาทีหนึ่ง ปราศจากสติครึ่งชั่วโมง ก็เป็นบ้าครึ่งชั่วโมง** จิตของเราปราศจากสติน้อยหรือมากเท่าใด ก็เป็นบ้าเท่านั้น อันนี้เป็นของสำคัญ ฉะนั้นท่านจึงให้พากันตั้งใจฟังธรรม

แต่ว่าธรรมะนี้ คนที่เรียนรู้ธรรมพูดธรรมได้ก็มีมาก พูดตามตัวอักษรให้คล่องแคล่วได้ก็มีมากมาย ทั้งผู้ที่เรียนธรรม รู้ธรรม บรรยายธรรม แต่ว่าใจจะเป็นธรรมนั้นหายาก ฉะนั้นจึงไม่เข้าใจในธรรม เพราะมิได้พิจารณาธรรมอย่างแจ่มแจ้ง เช่นเดียวกับคนทั้งหลายที่เกิดขึ้นมานี้ แม้จะนึกคิดไปมาทางไหนก็ไม่มีสิ่งอื่นที่มันจะก่อกวนพวกเรา นอกจากความทุกข์ไปแล้วไม่มี ความทุกข์เท่านั้นมันก่อกวนพวกเรา ก่อกวนจิตใจอย่างนี้เรื่อยไป

ฉะนั้นการฟังธรรมให้เข้าใจในธรรม เมื่อเข้าใจใน ธรรมแล้ว จึงจะทำลายทุกข์ให้หายไปได้ ความทุกข์ที่เกิดขึ้นมานี้เพราะความไม่รู้เท่ามัน มันจึงเกิดขึ้นมา เราจะบังคับมันสักเท่าไรด้วยอำนาจใจของเรา ด้วยกำลังทรัพย์หรือกำลังสมบัติก็ตาม จะไล่ทุกข์ออกจากใจ ไม่มีหนทางจะไล่ออกได้

เพราะทุกข์อันนี้จะหายไปได้นั้น
พระพุทธองค์สอนว่า
ให้รู้เท่าทันมัน จึงจะดับทุกข์ได้

ถ้าไม่รู้เท่าทัน หรือไม่รู้สาเหตุของทุกข์เมื่อใด ถึงเราจะเอากาย เอาวาจา เอาทรัพย์ทั้งหลายไปแลกเปลี่ยนมันส่งมันหนีจากใจของเราก็ไม่มีทาง นอกจากเรามาทำความรู้ความเห็นให้มันชัดเจนเข้าไป รู้ตามเป็นจริงของมันแล้วทุกข์นั้นก็หายไป มิใช่แต่นักบวชนักพรตเท่านั้น แม้พวกฆราวาสอยู่บ้านอยู่เรือน เมื่อรู้เท่าทันตามเป็นจริงแล้วทุกข์หายไปเอง เพราะมารู้เหตุของมัน ไม่ให้เหตุมันเกิด ทุกข์เหล่านั้นก็ดับไปเอง

ฉะนั้น ธรรมที่เป็นบุญเป็นบาปนั้น มันเป็นธรรมอยู่เสมอ ธรรมะท่านแปลว่า สภาพที่ทรงไว้ ทรงไว้ตามเป็นจริงของธรรม คือ ความเดือดร้อนมันก็ทรงความเดือดร้อนไว้ ความเยือกเย็นมันก็ทรงความเยือกเย็นของมันไว้ ที่สมมุติบัญญัติว่า บาปหรือบุญ เป็นต้น มันก็ทรงสภาวะมันไว้ คล้ายกับน้ำร้อนมันก็ทรงสภาพไว้ มิได้เปลี่ยนไปตามผู้ใด คนแก่ไปดื่มก็ร้อน คนหนุ่มไปดื่มก็ร้อน จะเป็นคนชาติใดภาษาใด มันก็ร้อนสม่ำเสมอกันทุกๆคน น้ำแข็งก็คือธรรมเหมือนกัน มันก็เป็นสภาวะที่ทรงความเย็นมันไว้ มิได้เป็นไปตามผู้ใดเลย คนแก่คนหนุ่มดื่มเข้าก็เย็น จะไปดื่มอยู่ในป่า ในทุ่ง ในห้วย ในภูเขา ที่ไหนก็ตาม มันก็ต้องเย็นอยู่อย่างนั้น คล้ายกับธรรมที่ทรงสภาพไว้

ท่านจึงกล่าวว่า **ธรรมคือสภาพที่ทรงไว้ตั้งไว้** เมื่อพวกเรามาปฏิบัติให้รู้จักความร้อนความเย็น ให้รู้จักผิดให้รู้จักถูก ให้รู้จักดีให้รู้จักชั่ว ถ้ารู้จักชั่วแล้วก็ไม่ทำเหตุชั่วขึ้นมา ความชั่วมันก็เกิดขึ้นมาไม่ได้ มันก็หายไปเอง เพราะรู้จักแดนเกิดของมัน ความชั่วเป็นเหตุ เมื่อไม่สร้างเหตุชั่ว ความชั่วมันจะเกิดขึ้นมาได้อย่างไร ผู้ปฏิบัติธรรมจึงต้องรู้จัก

ที่เกิดของธรรม ถ้าระงับเหตุของความร้อน ร้อนมันเกิดไม่ได้ ความผิดก็เหมือนกัน มันจะเกิดมันก็เกิดมาจากเหตุ ถ้าเราปฏิบัติธรรมจนรู้ธรรม รู้ที่เกิดของธรรม นั่นก็คือเหตุ ถ้าเราระงับเหตุของความร้อน ร้อนที่เป็นมันก็หายไป เราไม่ต้องไปตามไล่ตามฆ่ามันอีกเลย สุขทุกข์ก็เหมือนกัน

นี้คือการปฏิบัติ แต่บุคคลที่รู้ธรรม เรียนธรรม ปฏิบัติธรรม แต่ไม่เป็นธรรม ไม่ระงับเหตุของความชั่วออกจากใจ ไม่ระงับเหตุของความเดือดร้อนออกจากใจของเรา เมื่อเหตุร้อนทั้งหลายมันเป็นเหตุติดต่ออยู่ในใจของเราอย่างนี้แล้ว เราจะห้ามความร้อนไม่ให้เกิดขึ้นนั่นเป็นไปไม่ได้ จะห้ามความกระวนกระวายไม่ให้เกิดมีในใจนั้นก็ไม่ได้อีกเหมือนกัน เพราะมันเกิดอยู่ตรงนี้ แดนเกิดมันอยู่ที่นี่ ถ้าเราไม่ระงับที่เกิดของมัน มันก็จะเกิดอยู่เรื่อยไป แต่มันเกิดแล้วมันก็ต้องตาย เมื่อได้มันก็ต้องเสีย เมื่อเสียมันก็ต้องได้ มันจะหมุนเวียนตามธรรมชาติของมันอยู่อย่างนี้

อันนี้แหละ ถ้าเราปฏิบัติได้อย่างนี้นั่นแหละ คือการปฏิบัติธรรม เปรียบเทียบให้เห็นอย่างนี้ ความชั่วความดีทั้งหลายก็คล้ายกัน ฉะนั้นเมื่อเราสร้างความดีให้เกิดขึ้นมา ก็

จะทำให้เราเกิดใจดี เพราะความดีมันก็เกิดจากเหตุดีของมัน ท่านเรียกว่ากุศล อย่างนี้แหละถ้าเรารู้จักเหตุก็สร้างเหตุขึ้น ผลมันก็เกิดตามมาเอง

แต่คนเราไม่ทำอย่างนั้น ส่วนมากต้องการแต่ดีๆ แต่ไม่สร้างความดี มันจะเกิดมาจากไหนได้ มันก็ย่อมพบแต่สิ่งที่ไม่ดีนั่นแหละ เมื่อได้สิ่งไม่ดี ใจมันก็เกิดเป็นทุกข์เป็นร้อนขึ้นมาทันที

เหมือนกับจิตใจของคนบางคนในสมัยนี้ เป็นต้นว่า อยากได้แต่เงิน ใครๆก็อยากได้ เงินนั้นได้มาแล้วมันได้ความดีมาด้วย ถ้าได้เงินก็ดีเลย คิดเท่านี้เอง เลยเข้าใจว่าตนคิดถูกแล้ว จึงพากันแสวงหาแต่เงิน ไม่ต้องแสวงหาความดี คิดว่าตนได้เงินมาจึงจะทำดีได้ จึงเหมือนคนแสวงหาเนื้อไม่ต้องเอาเกลือ เอามาไว้บ้านให้มันเน่า ไม่คิดถึงเกลือ ฉะนั้นคนต้องการเงินก็ต้องรู้จักหาเงินและรู้จักรักษาเงิน คนอยากได้เนื้อมิใช่จะเอาแต่เนื้อขนมาไว้บ้าน มันก็จะเน่าอยู่ที่บ้าน เพราะไม่มีเกลือ จะต้องให้มีเกลือด้วย นี่ฉันใดก็ฉันนั้น

สิ่งทั้งหลายเราคิดอย่างนี้ มันคิดผิด ผลของความคิดผิดนั้นคือความเดือดร้อน กระวนกระวาย จุดที่พระศาสดา **ท่านให้เรียนธรรมประพฤติปฏิบัติธรรม ให้รู้ธรรม ให้เห็นธรรม ทั้งให้เป็นธรรมอีกด้วย** ให้ใจมันเป็นธรรม เมื่อใจเป็นธรรมมันจึงถึงความสุดความสิ้นของมัน ฉะนั้นสิ่งทั้งหลายทั้งปวงเหล่านี้ ก็วนเวียนอยู่ในโลกนี่เอง ความสิ้นสุดของความทุกข์ทั้งปวงก็อยู่ในโลกนี้

ฉะนั้นการประพฤติหรือปฏิบัตินี้ พระพุทธเจ้าทรงสอน มีจุดหมายคือให้พ้นทุกข์ ให้ใจนั้นพ้น กายไม่พ้นหรอก เกิดมาแล้วต้องตาย ต้องเจ็บ ต้องปวด ต้องเฒ่า ต้องแก่ **ให้ใจเป็นผู้พ้น พ้นจากความยึดความมั่นหมาย** พระองค์จึงทรงบรรยายทุกสิ่งทุกอย่างที่จะเป็นอุบายให้มนุษย์ทั้งหลายได้อ่าน ได้รู้ ได้เรียน หรือได้เขียน ซึ่งเรียกว่าปริยัติให้มันเป็นหลายเรื่องหลายอย่างหลายประการเข้าไป เป็นต้นว่า อุปาทินนกสังขาร อนุปาทินนกสังขาร สังขารที่มีใจครอง สังขารที่ไม่มีใจครอง เป็นต้น นักรู้ นักเรียน นักพรต ก็พิจารณาตามบัญญัติ เมื่อเราเรียนไป แปลไป สังขารที่ไม่มีใจครองคืออะไร คือต้นไม้ ภูเขา เถาวัลย์ โต๊ะเตียง ต่างๆ เป็นต้น ท่านเรียกว่าไม่มีใจครอง

สังขารที่มีใจครองคืออะไร คือสัตว์ ทั้งสัตว์มนุษย์และสัตว์เดียรัจฉานทั้งหมด เราก็มาเรียน มาแปล มาพิจารณาอยู่อย่างนั้น ก็เลยเข้าใจตามบัญญัติว่า มันแน่นอนเหลือเกินที่หลักปริยัติเป็นอย่างนี้ ทีนี้เมื่อเรามาพิจารณาดูจริงๆแล้ว ถ้าจิตมนุษย์ยังพัวพันอยู่ในรูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ธรรมารมณ์ทั้งหลายแล้ว **อะไรๆที่ไม่มีใจครองไม่มีเลย ถ้ามีตัณหาอยู่ในใจ ของทั้งหลายมีใจครองหมดทุกอย่าง** สิ่งทั้งหลายที่มันมีใจครองอยู่นี่เองแหละ

เราเรียนธรรม แต่ไม่รู้ความหมายลึกซึ้งในธรรม ก็เข้าใจว่า เราเรียนธรรม รู้ธรรม ปฏิบัติธรรม ความลึกซึ้งในธรรมะเรารู้ไม่ได้ เช่นคำว่าสังขารที่ไม่มีใจครอง อย่างเสาศาลานี้ โต๊ะ เตียง หรือตู้ที่อยู่ในบ้านเรา มันไม่มีใจครอง เพราะเราเห็นด้านนึกว่าไม่มีใจครองเสียแล้ว ถ้าหากคนเราเอาค้อนไปทุบ ลองดู มันจะมีใจครองไหม

ก็จิตของเราที่ลุ่มหลงวุ่นวายอยู่นั่นแหละไปยึดโต๊ะ ยึดเตียง ยึดสมบัติพัสถานข้าวของ มันไปครองอยู่หมดทุกอย่าง ถ้วยใบหนึ่งแตกเราก็เจ็บ ทั้งนี้เพราะใจมันเข้าไป

ครองอยู่นั่น ต้นไม้ ภูเขาเลากา อันใดที่สมมุติ เราหลงเข้าใจว่าเป็นเรา หรือของเราแล้ว ถึงมันไม่ครองมันเอง เราก็เข้าไปครองมันอยู่ สังขารเหล่านี้ก็มีใจครอง มิใช่ว่าจะไม่มีใจครอง สกลร่างกายของเรานี้ก็เหมือนกัน ฉันใด ตามธรรมชาติแล้วท่านว่ามีวิญญาณครอง อาการที่มีวิญญาณครองนั้นท่านหมายถึงตัวอุปาทานเข้าไปยึดว่า รูปนามนี้เป็นเรา เป็นของเรา อันนี้ก็มีวิญญาณครองเช่นกัน มันครองไปหมด

เช่นเดียวกับคนตาบอดนี่แหละ ถ้ามันบอดมองไม่เห็นแล้ว แม้จะมองไปทางไหนมันก็ไม่เห็นสักที อันนั้นสีเขียว อันนี้สีเหลือง อันนั้นสีดำก็ตาม ฉันเป็นคนตาบอด ฉันมองไปทางไหน มันไม่ได้ปรากฏสีเขียว สีขาว สีแดง สีดำ ฉันใด เมื่อจิตทั้งหลายประกอบด้วยกิเลสตัณหา มีโมหะกดดันอยู่ในใจแล้ว มันมีใจครองล้วนทั้งหมดเลยทีเดียว พวกโต๊ะพวกเตียงมีใจครอง สัตว์สารพัดสิ่งก็มีใจครอง เมื่อเราทำความเข้าใจอย่างนี้ เป็นก้อนอัตตา คือ เข้าไปหวงแหนไว้ธรรมชาติทั้งหลายเลยมีใจครองทั้งหมด ต้นไม้ก็มี โต๊ะ เตียงก็มี สัตว์ต่างๆก็มี พัสดุสิ่งของมีหมด

ถ้าใจเรามีความโลภ ความโกรธ ความหลงอยู่แล้ว ไปทางใดล้วนแต่มีใจครองหมด มีแต่ความยึดความหมายหมด เมื่อพิจารณาประพฤติปฏิบัติแล้วอย่างนี้ สิ่งที่ไม่มีใจครองนั้นไม่มี เมื่อเราสมมุติว่าตัวเรา ว่าตัวเขา ว่าของๆเรา ว่าของๆเขาแล้ว มีอุปาทานมั่นหมายในที่นั่นหมด เกิดเป็นภพ เป็นชาติ ทุกสิ่งทุกอย่างได้ทั้งนั้นเลย เกิดสุขได้ เกิดทุกข์ได้ ภพต่ำมี ภพสูงมี ด้วยกันทั้งหมด

รวมแล้วสิ่งทั้งหลายทั้งปวงมีใจครองหมดถ้าเราเข้าไปยึดมั่นถือมั่นแล้ว แต่ว่าโดยธรรมชาติสิ่งเหล่านี้มันไม่มีใจครอง พระพุทธเจ้าเลยมาสอนว่า ไม่ให้เอาใจเข้าไปครองสิ่งเหล่านั้น ท่านจึงตรัสว่า **สังขตธรรม** ธรรมอันปัจจัยปรุง **อสังขตธรรม** ธรรมอันปัจจัยมิได้ปรุง

ธรรมอันปัจจัยปรุงทุกอย่างจะเป็นรูป เป็นนาม เป็นวัตถุน้อยใหญ่ทั้งหลายทั้งปวงในสกลโลกนี้ เมื่อจิตใจเกิดโมหะแล้วต้องเข้าไปปรุงไปแต่ง อันนั้นดี อันนั้นร้าย อันนั้นสั้น อันนั้นยาว อันนั้นเลิศ อันนั้นประเสริฐ ทุกสิ่งทุกอย่างเข้าไปปรุงไปแต่งทั้งนั้น จิตใจเข้าไปปรุงแต่งเพราะเหตุไรเพราะไม่รู้สมมุติ ไม่รู้สังขารนั่นเอง เมื่อไม่รู้สังขารก็ไม่รู้สมมุติ เมื่อไม่รู้สมมุติก็ไม่รู้สังขาร **การไม่รู้สมมุติ ไม่รู้**

สังขาร คือ ไม่รู้ธรรมนั่นเอง เมื่อไม่รู้ธรรมก็ติดอยู่ใน อุปาทาน เมื่อติดอยู่ก็ไม่มีความหลุดพ้น เมื่อไม่หลุดพ้นก็ วุ่นวายอยู่อย่างนั้น ก่อชาติ ชรา พยาธิ มรณะให้เกิด ขึ้นมา ถึงความนึกคิดเป็นต้นก็สร้างชาติ ชรา พยาธิ มรณะ ใส่ตัวเจ้าของอยู่เรื่อยๆไป เมื่อจิตใจเป็นอยู่อย่างนี้ มันก็เป็นสังขตธรรม

อสังขตธรรม ธรรมอันปัจจัยไม่ได้ปรุงนั้น เกี่ยวแก่ จิตใจของมนุษย์ทั้งหลาย เมื่อเข้าไปเห็นธรรมคือขันธ์ห้าตาม เป็นจริง ว่าเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มิใช่ตัว มิใช่เรา มิใช่เขา ที่เรียกว่าตัวเรา ตัวเขา ของเรา ของเขา นี้เป็น ของสมมุติและก็เป็นสังขาร เมื่อเรามารู้สังขาร มารู้เท่า สมมุติ ก็เหมือนกับเรามารู้ธรรม มารู้สังขารเหล่านี้ว่ามิใช่ เรา มิใช่ของๆเราแล้ว มันก็ปล่อยสมมุติเหล่านี้ ปล่อย สังขารเหล่านี้ เมื่อปล่อยสังขาร ปล่อยสมมุติ คือบรรลุ ธรรม เข้าไปรู้ไปเห็นธรรม ล่วงรู้ซึ่งธรรม บรรลุซึ่งธรรม เมื่อบรรลุธรรมก็รู้แจ้ง แจ้งอะไร แจ้งว่านี้เป็นสังขาร นี้ เป็นสมมุติ นี้ไม่ใช่สัตว์ ไม่ใช่บุคคล ไม่ใช่ตัวตน ไม่ใช่เรา ไม่ใช่เขา ความรู้แจ้ง ความรู้เท่าตามเป็นจริง ว่าความจริง มีอยู่อย่างนั้น มันก็เป็นสมมุติอย่างนั้น

เมื่อเห็นอย่างนี้จิตก็หลุดพ้น มิใช่สิ่งอื่นหลุดพ้น มีความรู้ตามเป็นจริง แล้วก็หลุดพ้น ร่างกายนี้ก็แก่เฒ่าชำรุดทรุดโทรมไปเป็นธรรมดา แต่จิตมันหลุดพ้นจากสิ่งเหล่านั้น **เมื่อจิตหลุดพ้นจากสิ่งเหล่านั้น อสังขตธรรมก็เกิดขึ้น เมื่อมันหลุดพ้นแล้วอสังขตธรรมก็เป็นจิต ธรรมหมดเหตุหมดปัจจัย เหตุปัจจัยเหล่านี้ไม่ได้ปรุงแต่งอีก มิได้มีสังขารไปเจือปนอีกแล้ว** มันจะเกิดความดีใจมา มันจะเกิดความเสียใจมาก็ปรุงไม่ได้ จะมีอะไรมาทุกสิ่งทุกอย่างก็ปรุงไม่ได้ เพราะจิตมันแน่นอนแล้ว จิตใจพ้นจากความปรุง มันเห็นสมมุติ มันเห็นบัญญัติแล้ว มันเห็นสังขาร รู้เท่าตามเป็นจริงแล้ว จิตนั้นเลยเป็นเสรี อันนี้จิตพ้นอย่างนั้นเรียกว่า **อสังขตธรรม** ธรรมอันปัจจัยไม่ได้ปรุง

ถ้าจิตไม่รู้เท่าสมมุติ ไม่รู้เท่าบัญญัติ ไม่รู้เท่าสังขาร มันก็ปรุง ได้ดีมา ได้ร้ายมา ได้สุขมาก็ปรุง ทำไมมันจึงปรุง เพราะมันมีปัจจัย อะไรเป็นปัจจัย คือความเข้าใจว่ารูปนี้เป็นของเรา เวทนานี้เป็นของเรา สัญญานี้เป็นของเรา สังขารนี้เป็นของเรา สิ่งทั้งปวงนี้เป็นของเรา **อาการที่เข้าใจว่ามันเป็นของเรา เป็นเขานี่แหละ เป็นปัจจัยให้ก่อสุข ก่อทุกข์**

ก่อเกิด ก่อแก่ ก่อเจ็บมาให้ จึงได้เป็นชาติ ชรา มรณะ อยู่ในเวลาปัจจุบันนี้ จิตเหล่านี้เป็นโลกีย์ หมุนเวียนเปลี่ยนแปลงอยู่อย่างนั้นทีเดียว ถ้าจิตเป็นอย่างนี้ก็เรียกว่าสังขตธรรม

ได้สิ่งเหล่านี้มา ใจเราก็สบาย ได้สิ่งของมามันปรุงใจให้ดีขึ้นได้ ถ้าของนั้นเสียไปปรุงใจให้ร้ายก็ได้ นั่นชื่อว่าจิตเป็นทาสเขา เป็นทาสของตัณหา เขาเอาของอย่างหนึ่งมาก็เป็นไปอย่างหนึ่ง **จิตนั้นเชื่อตัวเองไม่ได้ จิตนั้นมิได้เป็นเสรี จิตนั้นมิได้เป็นแก่นสาร จิตนั้นมิได้รู้เท่าตามเป็นจริง** ขณะนั้นท่านเรียกว่าสังขาร มันมีความปรุงแต่งได้ เป็นสังขตธรรม ถ้าเป็นเราอยู่ที่นี่เด็กๆโกหกได้ คนแก่นี่เด็กโกหกได้ โกหกให้ร้องไห้ก็ได้ โกหกให้หัวเราะก็ได้ โกหกให้เป็นโน่นไปนี่ก็ได้ พอมันโกหกเถอะ คนแก่เหล่านี้ก็เชื่อไปตามมันหมดทุกสิ่งทุกอย่าง นี่เรียกว่าเด็กน้อย มันปรุงได้ ถ้าคนหลงไม่รู้ตามเป็นจริงแล้ว สังขารเหล่านี้มันปรุงได้ ปรุงให้ดีใจให้เสียใจก็ได้ ปรุงให้รักให้เกลียดก็ได้ ถ้ามันปรุงได้แสดงว่าจิตใจนี้ต่ำ เป็นทาสของตัณหา แล้วแต่ตัณหามันจะใช้ตามปรารถนาของมัน

เราทั้งหลายพากันบ่นว่า "แหม เป็นทุกข์มากลำบากมาก จะไม่ไปก็ไม่ได้ กลางคืน กลางวันก็ต้องไป แดดจะร้อนเท่าไรก็มิได้เข้าร่ม แม้จะหนาวแสนหนาวก็มิได้อยู่ มันลำบากจริงๆ" ถ้าอาตมาบอกว่า "หนีเสียสิโยม" ก็พากันพูดว่า "หนีไม่ได้หรอก" มันเป็นทาสของเขาอยู่นี่ ตัณหามันจับมันจูงอยู่อย่างนี้ บางครั้งไปทำนาถึงจะปวดเยี่ยวก็ต้องเยี่ยวเหมือนควาย มันเป็นทาสของเขาถึงเพียงนี้ มันลำบาก

ถ้าถามว่า "เป็นอย่างไรโยม มาบ้างไม่ได้หรือ" ก็พูดว่า "แหม เข้าลึกเหลือเกิน" ไม่รู้ว่าเข้าไปไหนมันจึงเข้าลึกอย่างนั้น นี่แหละสังขารความปรุงแต่ง พระพุทธเจ้าจึงให้เห็นสมมุติ จึงให้เห็นสังขาร คือการเข้าไปเห็นธรรมเห็นตามสภาวะของมันแล้ว เมื่อเห็นทั้งสองอย่างแล้วก็ต้องทิ้ง ต้องวาง ให้มันปล่อย ให้มันวาง เป็นธรรมดาของมันอย่างนั้น เกิดนิพพิทาเบื่อหน่ายในสมมุติในสังขารเหล่านี้ได้อะไรมาก็ไม่เป็นแก่นสาร ว่าดีแล้วมันก็ร้าย ร้ายแล้วมันก็ดีกลับให้ชอบแล้วก็กลับให้เกลียด ให้หัวเราะแล้วกลับให้ร้องไห้ ทุกอย่างแล้วแต่มันจะเป็นไป อันนี้เพราะอะไรเพราะใจมันต่ำ สังขารทั้งหลายมันเป็นปัจจัยให้วุ่นวาย ให้น้อย ให้ใหญ่ ให้สุข ให้ทุกข์ เราทั้งหลายจึงหมดหนทาง

ฉะนั้น บรรพบุรุษทั้งหลาย ถึงแม้ตายไปแล้วก็ยังนิมนต์พระไปให้มาติกา จับด้ายชักบังสุกุลว่า *อนิจฺจา วต สงฺขารา อุปฺปาทวย ธมฺมิโน อุปฺปชฺชิตฺวา นิรุชฺฌนฺติ เตสํ วูปสโม สุโข* สังขารทั้งหลายมันไม่เที่ยง กายเรามันก็ไม่เที่ยง จิตใจเรามันก็ไม่เที่ยง ทั้งรูปทั้งนามไม่เที่ยง อันที่ว่าไม่เที่ยงคือ ไม่ตั้งอยู่อย่างเก่า มันเปลี่ยนไปแปรไป ถึงธรรมชาติเกิดมาก็ไม่เที่ยง ไม่อยู่อย่างเก่า โดยเฉพาะร่างกายของเราก็เหมือนกัน มีอะไรมันจะเหมือนเก่าบ้าง ผม ฟัน หนัง มันจะเหมือนไหม สภาวะร่างกายมันไม่เหมือนเก่า สภาวะอันนี้มันไม่เที่ยงอย่างนี้ รูปนี้เที่ยงไหม นามคือจิตใจของเรามันเที่ยงไหม ทุกวันนี้มันเที่ยงไหม คิดดูซิ วันหนึ่งๆมันเกิดกี่ครั้ง มันดับกี่ครั้ง สิ่งทั้งสองอย่างมีแต่เกิดและดับ มีแต่ตัวสังขารเปลี่ยนแปลงวุ่นวายอยู่เสมอ

เราจะทำให้มันถูกตามเป็นจริงทำไม่ได้ เพราะไปทำกับของที่ไม่จริง เหมือนกับเราเดินทางมีคนตาบอดเป็นผู้นำ ทำอย่างไรจึงจะสบาย มันจะจูงเข้าดงเข้าป่าไปเท่านั้น เราจะบอกว่าให้พาไปที่เตียนๆ มันจะเตียนได้อย่างไร เพราะคนนำทางตาบอด มองไม่เห็น ใจเรามันหลง สร้างความทุกข์ใส่ตัวนึกว่าเป็นความดี สร้างความยากให้ตัว นึกว่ามัน

จะให้มันง่าย สร้างแต่เรื่องยุ่งยากใส่ตัวเอง สร้างแต่สิ่งที่จะนำทุกข์มาให้ตัวเอง อยากให้มันหายทุกข์ อยากให้มันหายยาก กลับสร้างแต่สิ่งที่ทุกข์ที่ยากมาใส่ จึงพากันร้องโอดครวญอยู่อย่างนั้น พาไปทำแต่เหตุที่มันไม่ดี มันจึงเป็นอย่างนั้น เพราะไม่รู้จักสมมุติ ไม่รู้จักสังขาร

สังขารธรรมมันไม่เที่ยง สังขารที่มีวิญญาณครองบ้าง สังขารที่ไม่มีวิญญาณครองบ้าง เมื่อรวมสังขารทั้งหมดแล้วที่ไม่มีวิญญาณครองนั้นไม่มี สิ่งของที่อยู่ในบ้านของเราอันไหนเล่าที่ไม่มีวิญญาณครอง แม้กระทั่งส้วมถ่ายว่าไม่มีวิญญาณครอง ลองให้เราเอาค้อนไปทุบดูสิ น่ากลัวจะต้องเดือดร้อนถึงเจ้าหน้าที่ นั่นมันไปครองอยู่กระทั่งอุจจาระปัสสาวะ มันมีวิญญาณครองทั้งนั้น **สังขารที่ไม่มีวิญญาณครองนั้นไม่มีในโลก นอกจากท่านผู้มารู้เท่าตามเป็นจริงเห็นสมมุติสังขารตามเป็นจริง**

สมมุติขึ้นมา ทำไมจึงต้องสมมุติ สิ่งที่ถูกสมมุตินั้นเพราะเดิมมันไม่มี เช่นเดียวกับพวกเรานั่งประชุมกันอยู่นี้อยากจะได้ไม้มาตอกเป็นหลัก เลยขีดดินลงไปว่า อันนี้สมมุติว่าหลักนะ เลยเอาก้อนหินก้อนหนึ่งมาตั้งไว้สมมุติว่าหลัก

มันไม่ใช่หลัก ไม่มีหลัก จึงสมมุติขึ้นมา ที่แท้เป็นก้อนหิน เอาไปวางไว้ แต่สมมุติว่าเป็นหลัก สมมุติว่าเมือง สมมุติว่าควาย สมมุติว่าวัว สมมุติอะไรได้หมด ทำไมจึงต้องสมมุติ เพราะมันไม่มีตามธรรมชาติ เลยเอานิ้วมือเขียนดินนี่สมมุติว่าพระ นี่สมมุติว่าฆราวาส สมมุติอะไรก็ได้ เพราะมันไม่มี เช่นเดียวกับกะละมังว่างๆ เอาอะไรใส่ก็ได้ เพราะมันไม่มีอะไร นี่เรียกว่าสมมุติ พวกเราก็เหมือนกัน ก็นั่นแหละ ผู้หญิงก็สมมุติ ผู้ชายก็สมมุติ

ถ้าเรามารู้เท่าสมมุติตามเป็นจริงแล้ว สัตว์ก็ไม่มี เพราะเราไปสมมุติมันเข้า การสมมุติว่าคนก็เช่นกัน ถ้าเราเข้าใจสมมุติมันก็สบาย เขาว่าดีก็ได้ ว่าชั่วก็ได้ เพราะมันไม่มี แต่เราไปเข้าใจว่าคนจริงๆ สัตว์จริงๆ ของเราจริงๆ ต้องร้องไห้ตามมัน หัวเราะตามมัน อันนี้เป็นสังขารคือความปรุงแต่ง ถ้าเราไปเข้าใจว่า **เป็นเราเป็นเขา** มันก็เกิดทุกข์ร่ำไป **เพราะเราเป็นมิจฉาทิฏฐิ มีความเห็นผิด** ถ้ามารู้เท่าตามเป็นจริงแล้วว่า อ้อ! อันนี้มันเป็นสมมุติเท่านั้น เขาว่า ตาสี ตาสา ตามี ตามา มันไม่มีมาแต่ก่อนหรอก เมื่อเกิดมาแล้วเขาจึงตั้งชื่อให้มิใช่หรือ หรือว่ามีมาแต่ก่อนเกิด มันเป็นเบอร์เกิดขึ้นมาพร้อมหรืออย่างไร เรามาตั้งชื่อเอาใหม่ ทำไมจึงตั้งเอา เพราะมันไม่มีแต่เดิม จึงตั้งชื่อเอา

สมมุติเหล่านี้เราก็เห็นชัดอยู่แล้ว อันความดีชั่ว สูงต่ำดำขาวเหล่านี้ก็ล้วนแต่สมมุติทั้งนั้น พวกเราพากันหลงสมมุติเหล่านี้แหละ เวลาตายจึงต้องชักบังสุกุลว่า *อนิจฺจา วต สงฺขารา* เป็นต้น สังขารเหล่านี้มันไม่เที่ยง มีความเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป มันก็เป็นจริงตามนั้น สิ่งไหนเล่าที่เกิดขึ้นแล้วไม่ดับ ล้วนแต่เกิดแล้วดับทั้งนั้น คนเกิดมาแล้วก็ตายไป เวลาใจร้ายเกิดขึ้นมาก็หยุดไป ใจดีเกิดขึ้นมาก็หยุดไป เช่นเวลาเราร้องไห้ มันร้องไห้อยู่ติดๆกันสามสี่ปีมีไหม อย่างมากก็ตลอดคืนก็หยุดไปเอง เมื่อเกิดขึ้นก็ดับไปทั้งนั้น

เตสํ วูปสโม สุโข ถ้าเราทั้งหลายมาเข้าใจในสังขารเหล่านี้แล้ว มาสงบระงับมันเสีย สงบระงับสังขารเหล่านี้ได้เป็นสุขเหลือเกิน นี่เป็นบุญจริงๆ มาสงบจากสังขาร จากสัตว์ จากบุคคล จากตัว จากตน จากเรา จากเขาเสียได้ ให้มันพ้นจากสิ่งเหล่านี้ ก็เลยเป็นอสังขตธรรม คือจิตใจเรานี้อะไรปรุงแต่งไม่ได้ ไม่มีอะไรจะปรุงอะไร มันหมดแล้ว จะเอาอะไรอีกเล่า มันสุดแล้ว หมดแล้ว

พระพุทธองค์ตรัสสอนสิ่งที่มันมีอยู่นี่แหละ ที่เราให้กิน ให้ทาน เรามาฟังเทศน์ฟังธรรม ก็มาค้นหาสิ่งนี้ให้รู้แจ้งตามเป็นจริง ถ้ารู้แจ้งตามเป็นจริงแล้ว ไม่ต้องไปเรียนวิปัสสนาหรอก มันเป็นเองของมัน เรื่องสมถะ เรื่องวิปัสสนาก็เป็นเรื่องสมมุติขึ้นว่าเอา ถ้าเรื่องจิตมันรู้แล้วมันหลุดพ้นแล้วอย่างนี้ มารวมนี้หมดเลย นี่เรื่องภาวนาเรื่องปฏิบัติธรรม เรื่องพิจารณา มันจึงหลุดพ้นทุกข์ เมื่อหมดความยึดมั่นถือมั่น ก็เลยหมดภพหมดชาติ จึงไม่มีภพไม่มีชาติ เมื่อไม่มีภพไม่มีชาติ ก็ไม่มีเกิดไม่มีตาย ใจเรานั้นเมื่อดีมาก็ไม่ดี เมื่อชั่วมาก็ไม่ชั่ว มันไม่ไปไม่มาให้เรา มันจึงหมด

นี่จุดศาสนาที่พระบรมศาสดาของเราต้องการ พระองค์ทรงสอนทั้งในเมื่อเรามีชีวิตอยู่ เวลาตายก็นำไปสอนอยู่อย่างนั้นว่า *อนิจฺจา วต สงฺขารา* แต่พวกเราไม่มีการเข้าไปสงบสังขาร มีแต่เข้าไปแบกสังขาร คล้ายกับพระชวนไปแบกสังขารนั่นแหละ แบกเอาร้องไห้เอาอย่างนั้น นี่เรียกว่า เรามันหลงสังขาร ฉะนั้นนรกจึงอยู่นี่ สวรรค์ก็อยู่นี่ นิพพานก็อยู่นี่

การประพฤติปฏิบัตินั้น ก็ประพฤติปฏิบัติเพื่อให้เราพ้นทุกข์ทางใจ เมื่อเราพ้นทุกข์ทางใจ เมื่อเรารู้เท่าตามเป็นจริงสิ่งเหล่านี้แล้ว ถ้ารู้ได้อย่างนี้มันก็เป็นอริยสัจจ์ของมันเอง ทุกข์ก็ดี สมุทัยก็ดี นิโรธก็ดี มรรคก็ดี มันเป็นเองทีเดียว บัญญัติทั้งหลายเหล่านี้พวกเราพากันมาเก้อเขินเสีย พากันเข้าใจว่าสิ่งอื่นมาปรุงแต่ง พวกต้นไม้ ภูเขาเลากาที่ว่าไม่มีใครครองมันนั้น ท่านพูดแจกไปให้เรารู้ง่ายๆว่ามันไม่มีสติปัญญา มันไปมาไม่เป็น อันนั้นมันของภายนอกเปลือกธรรม มันไม่ทุกข์หรอก อะไรมันก็ไม่ทุกข์สักอย่างกระพี้มัน เปลือกมัน ถ้าเป็นปรมัตถ์แล้ว ก็คนนี่แหละเข้าไปมัดมัน ขนาดเข็มเล่มเดียวหักก็ยังตีลูกตีเต้าอยู่ที่บ้าน จะว่ามันไม่ปรุงแต่ง ไม่มีอะไรครองอย่างไร ถ้วยชามใบเดียวก็ยังเข้าไปครอง ไม้คานอันเดียวก็เข้าไปครอง มันมีแต่สิ่งที่วิญญาณเข้าไปครองทั้งหมด มีใครไปทำให้มันเสียหาย ลองดู ไหปลาร้า หม้อ เหล่านี้ก็เกิดตีกันวุ่นวายไปหมดมีแต่ของที่ปรุงทั้งนั้น เมื่อเรารู้เท่าทันอย่างนี้ นั่นคือธรรมะของเรา เราก็พิจารณาว่าปรุงแต่ง สังขารไม่ปรุงไม่แต่ง สิ่งนี้มีวิญญาณครอง สิ่งนี้ไม่มีวิญญาณครอง

นี่มันรอบนอก สมกับพระศาสดาตรัสไว้ว่า คราวครั้งหนึ่งพระองค์ทรงพักอยู่ใต้ต้นประดู่ลาย พระองค์จึงกำเอาใบประดู่ที่ร่วงหล่นอยู่นั้น แล้วยกขึ้นถามพวกภิกษุว่า **"ภิกษุทั้งหลาย ใบประดู่ในกำมือของตถาคตนี้กับที่เหลืออยู่ อันไหนมาก อันไหนน้อย"**

พวกภิกษุจึงทูลว่า **"ใบประดู่ในมือของพระองค์นั้นน้อย ที่อยู่บนต้นและหล่นเกลื่อนกลาดนั้นมีมาก"**

"นี่แหละภิกษุทั้งหลายฉันใด ธรรมะที่ตถาคตสอนไปนั้นมาก แต่ไม่เป็นของสำคัญ มิใช่ทางพ้นทุกข์ มันมีมากหลายสิ่งหลายอย่าง **ที่พระศาสดาต้องการ คือต้องการให้พ้นจากทุกข์ ให้พิจารณาเข้าไป มิให้ยึดมั่นในรูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ถอนอุปาทานออกจากสิ่งเหล่านี้เสีย มันก็พ้นทุกข์** เหมือนกันกับใบประดู่ในมือตถาคตนี่เอง ไม่ต้องมาก น้อยๆเท่านี้ที่จะเอา อันอื่นไม่เป็นปัญหามากหลายอยู่ก็จริง เหมือนกับของในพื้นดินมีมาก ก้อนดินก้อนหญ้า ภูเขาเลากาไม่อด ก้อนหินก้อนกรวดทรายก็ไม่อด แต่ว่ามันไม่ดีเท่าก้อนเพชรก้อนพลอย มันมากก็จริง เอาไปขายได้ก็จริง เอาไปหลายๆรถมันก็เหนื่อย ถ้าได้ก้อนเพชรก้อนพลอยก้อนหนึ่งเท่านิ้วมือนี้ ก็มีราคามาก **ฉันใด ธรรมะตถาคตก็ฉันนั้น ไม่ต้องมาก"**

ฉะนั้น การกล่าวธรรมหรือการฟังนั้น ให้พากันรู้จักธรรมะ **อย่าสงสัยว่าธรรมะอยู่ที่ไหน** ธรรมะมันอยู่ที่นี่เอง ไปเรียนอยู่ที่ไหนก็ตาม **มันอยู่ที่ใจ จิตใจเป็นผู้ยึด จิตใจก็เป็นผู้หมาย จิตใจเป็นผู้หลุด จิตใจเป็นผู้พ้น** เมื่อเราเรียนสิ่งทั้งหลายทั้งปวงทางนอกนั้น มีแต่เรื่องอาการของจิตทั้งหมด การเรียนอะไรมากๆ เช่น เรียนปิฎก เรียนอภิธรรมก็ดีหรอก แต่ว่าอย่าหลงที่เงาของมัน

ถ้ามาปฏิบัติ ให้เป็นผู้ใจซื่อสัตย์สุจริตเป็นเบื้องแรกเท่านั้น ไม่ต้องลำบาก เช่นคนมีความโกรธ คนมีความโลภ คนมีความหลง นี่ความโลภหนึ่ง ความโกรธหนึ่ง ความหลงหนึ่ง พวกญาติโยมที่ไม่เคยได้เรียนหนังสือก็โกรธเป็น โลภเป็น หลงเป็น มิใช่หรือ นั่นเขาไปเรียนมาจากไหน เขาได้เรียนอภิธรรมเรียนปิฎกเมื่อไร โกรธทำไมมีได้ หลงทำไมมีได้ ที่มันอยู่นั้นตรงนี้ เขาไม่ต้องไปเรียนมาจากไหน มันมีของมันได้

เรามาเทศน์มาสอนกัน ก็เพื่อให้มาดูสิ่งนี้ มาละสิ่งนี้เท่านั้น ให้มันรู้ออกมา มันก็ถูกจุดของมัน ไม่ต้องไปไกลหรอก อยากดูรถไฟ ให้ไปรออยู่ที่สถานีหัวลำโพงนั้น ไม่ต้องไปทิศเหนือ ทิศใต้ ทิศตะวันตก ทิศตะวันออก ไม่ต้องวิ่งตามมันไป นั่งรออยู่ที่หัวลำโพงนั่น รถไฟทุกสายมันมารวมอยู่ที่นั่นหมด ผู้ไปไม่ดีหรือ ดีอยู่ มันได้เห็นหลายจังหวัด จังหวัดนั้นจังหวัดนี้ ปักษ์ใต้ปักษ์เหนือ มันได้เห็น แต่ว่าถ้าอยากเห็นรถไฟทุกๆขบวนแล้ว ต้องไปอยู่ที่หัวลำโพงนั่น ไม่อด มันจอดอยู่ที่นั่นหมด ไม่ต้องตีตั๋วมันก็ไปได้ นี่ก็เหมือนกัน ถ้าอยากปฏิบัติจะทำอย่างไร เมื่ออยากเห็นรถไฟทุกขบวน เราไม่มีเงินตีตั๋วรถไปสายใต้ สายเหนือ แต่เราอยากเห็นทุกขบวน ต้องไปอยู่ที่หัวลำโพง

ทีนี้บางคนพูดว่า "ผมอยากปฏิบัติแต่ไม่รู้วิธีทำ ครั้นจะไปเรียนไตรปิฎก เรียนอภิธรรม ผมก็ไม่สามารถ เพราะสมองไม่ให้ แก่แล้ว" ก็ให้มาดูตรงนี้ อยู่ที่หัวลำโพงมันนี่ มันโลภขึ้นตรงนี้ มันโกรธขึ้นตรงนี้ มันหลงขึ้นตรงนี้ มานั่งดูอยู่ที่มันเกิด ปฏิบัติตรงนี้ เพราะมันติดอยู่ตรงนี้ สมมุติอยู่ตรงนี้ บัญญัติอยู่ตรงนี้ ศีลธรรมมันเป็นอยู่ตรงนี้

ฉะนั้น การประพฤติปฏิบัติจึงมิได้เลือกชั้นวรรณะ ขอแต่ว่าเรามาทำความเข้าใจกัน ให้มันรู้มันเห็น ทีแรกก็ทำกาย วาจาของเรา ไม่ให้มีโทษ ก็เป็นศีล พูดถึงศีลก็พากันเข้าใจว่า ต้องไปท่องบ่นอยู่ตลอดคืนตลอดวันมันก็ยาก การมาทำกาย วาจาของเราไม่ให้มีโทษก็เป็นศีล มันก็ไม่ยากอะไร เหมือนการทำกับข้าวของเรา อันนั้นก็เอาใส่ อันนี้ก็เอาใส่ ให้มันพอดีมันก็อร่อยมันเอง ความอร่อยไม่ต้องเรียกมันมา มันก็อร่อยเอง ถ้าใส่เครื่องแกงครบ การรักษากาย วาจาของเราให้เรียบร้อยดี มารยาทดี แล้วก็เป็นศีล

การรักษาศีลนั้นเป็นเพียงคำพูดเท่านั้น อันที่จริงแล้วเรามารักษาเรานี่เอง ศีลเราจะไปรักษาท่านทำไม ท่านดีกว่าเราแล้ว เป็นบ้าแล้วหรือจึงจะไปเที่ยวหารักษาศีล ไปรักษาท่านที่ดีกว่าตัว มารักษาตัวเอง ให้ความดีเกิดขึ้นมันจะไม่ดีกว่าหรือ ชอบพูดว่าไปรักษาศีล วัดโน้นวัดนี้ เป็นคนเก่งแล้วหรือจึงกล้าพูดอย่างนั้น มารักษาตัวเองนี่แหละ มันก็เป็นศีลเกิดขึ้นเท่านั้น พวกเรามาหลงคำพูดกันหรอก จึงมองเห็นการรักษาศีล เป็นของยากลำบาก ที่แท้ท่านให้มารักษาตัวเราให้มันเป็นศีล

การปฏิบัตินี่ที่ไหนก็ทำได้ เมื่อก่อนนี้อาตมาก็กลัว จึงเที่ยวแสวงหาครูบาอาจารย์เพราะไม่รู้จะปฏิบัติอย่างไร กลัวมันจะไม่ถูก ออกจากเขาลูกนี้ เข้าเขาลูกโน้น ไปโน่น ไปนี่ ไปเรื่อยๆ มาค้นคิดดู ทุกวันนี้จึงเข้าใจ ก่อนนี้รู้สึกว่าเราโง่จริงๆ ไปเที่ยวหาแต่กรรมฐาน หารู้ไม่ว่ามันอยู่เต็มศีรษะเรานี่เอง ไม่รู้จักว่าผมเรานี้เป็นกรรมฐาน

มานั่งพิจารณาดูทุกวันนี้ มีแต่กรรมฐานอยู่ที่เรานี่เอง มันเกิด มันแก่ มันเจ็บ มันตาย มันอยู่ที่เรานี่ ฉะนั้น พระพุทธองค์จึงตรัสว่า *ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิ* ผู้ฉลาดรู้เฉพาะตน เราก็เคยพูดอยู่ว่ารู้เฉพาะตน แม้แต่คำว่าตนก็ไม่รู้จัก เที่ยวหาจนเกือบตาย จนหยุดตามหาแล้วจึงหาในตัวเอง จึงได้พูดให้ญาติให้โยมฟัง

การรักษาศีลให้รักษาดังที่กล่าวมานี้ อย่าพากันสงสัย ถึงแม้การปฏิบัติอันนี้บางคนว่าอยู่ในบ้านมันจะขัดข้อง ถ้าการปฏิบัติขัดข้อง ญาติโยมกินข้าวก็ขัดข้องเท่านั้น ดื่มน้ำก็ขัดข้องสิ ถ้าการปฏิบัติขัดข้องก็อย่ากินเลย การปฏิบัตินี้มันดีจริงๆ ทำไมมันจึงจะขัดข้อง ถ้าเราไปเหยียบหนามมันจะดีไหม ถ้าไม่เหยียบหนามมันจะดีไหม ธรรมะย่อมให้

ความสุขแก่มนุษย์ทั่วๆไป อยู่ในบ้านเราก็ประพฤติปฏิบัติได้ ปฏิบัติสมกับเราประพฤติได้นั่นแหละ มันรู้ได้เห็นได้ เรามาปฏิบัติ ปฏิบัติอย่างนั้น

อันนี้บางคนพูดว่า "ผมอยู่ในที่คับแคบ อยู่ในฆราวาสที่ครอบครัว ทำไม่ได้หรอก" เมื่ออยู่ที่คับแคบ ก็พิจารณาอยู่ที่คับๆแคบๆนั่นแหละ ให้มันกว้างออก ใจเรามันหลง ให้มันรู้อยู่ในที่คับแคบ ยิ่งไม่ประพฤติปฏิบัติ ยิ่งไม่เข้าวัดเข้าวา ยิ่งไม่ฟังเทศน์ฟังธรรม **ยิ่งหมกตัวอยู่ในรูเหมือนกบ อยู่ในที่คับแคบ มีแต่เหล็กงอๆ เป็นขอเกี่ยวแหย่ลงไปนั่นแหละ จะมีที่หลีกหรือ** เดี๋ยวก็ยื่นคอคางถวายเขาเท่านั้นแหละ ให้ระวัง อยู่ในที่คับๆ เหล็กงอๆ เขาจะหย่อนลงไป เกี่ยวคางขึ้นมา

ภาวนาก็เช่นกัน อยู่ในบ้านในเรือนก็ยุ่งยาก เพราะลูกหลาน ยิ่งทุกข์ยิ่งยากเราก็ยิ่งไม่รู้จัก ไม่รู้จักที่ปลดเปลื้องสักที เวลาความแก่ ความเจ็บ ความตาย เข้ามาถึงเอา เราจะทำอย่างไร มันก็เหมือนกับเขาเอาขอเกี่ยวเอากบที่อยู่ในที่คับแคบนั่นแหละ เราจะหลีกไปทางไหนกัน มิใช่คางก็ซี่โครงเท่านั้นที่จะถูกขอเหล็กเขาเกี่ยวขึ้นมา

ใจของเราก็เหมือนกัน มันยุ่งยากอยู่กับลูกหลาน วัว ควาย สิ่งของต่างๆ ไม่รู้จักวิธีปลดเปลื้องมัน เมื่อไม่มีศีล ไม่มีธรรม มันกว้าง มันขวาง ไม่มีทางแก้ ทางปลดทางหลบ ทางหลีก เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ทุกข์ขึ้นมาก็ทุกข์ไปกับมัน มันทุกข์เพราะอะไร ไม่พิจารณาก็ไม่รู้ ถ้ามันสุขขึ้นมาก็เห่อเหิมในสุขนั่นเอง มันสุขเพราะอะไรมิได้พิจารณาดู มีแต่คับแคบ มีแต่มืดหน้าเข้าไปอยู่อย่างนั้น

ฉะนั้นจงพากันเข้าใจใหม่ อยู่ที่ไหนมันก็ปฏิบัติได้ เพราะใจอยู่ที่เรา นั่งอยู่ก็ดีเราก็รู้จัก ถ้าคิดชั่วเราก็รู้จัก เพราะมันอยู่กับเรา นอนอยู่คิดดีก็รู้ คิดชั่วก็รู้ เพราะที่ปฏิบัติมันอยู่ที่เรา บางคนเข้าใจว่าจะต้องไปวัดทุกๆวัน มิได้เป็นอย่างนั้น ให้ดูจิตของเรา ถ้ารู้ที่ประพฤติปฏิบัติแล้วดีจริงๆ นี่ประการหนึ่ง

ประการที่สองนั้นให้เข้าใจว่า พระพุทธเจ้าตรัสสอนไว้ ให้ดูตัวเอง อย่าไปถือมงคลตื่นข่าว ท่านจึงว่า *สีเลน สุคติงฺ ยนฺติ สีเลน โภคสมฺปทา สีเลน นิพฺพุติงฺ ยนฺติ ตสฺมา สีลํวิโสธเย* นี่ศีล นี้คือการกระทำของเรา ทำดี

ได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว อย่าไปเข้าใจว่าเทวดามาทำให้เรา เทวดาอารักษ์ภูตผีปีศาจ วันเวลาฤกษ์งามยามดีต่างๆ พวกนี้จะทำให้เรานั้น ไม่ใช่ อย่าเข้าใจอย่างนี้ ถ้าเข้าใจอย่างนี้จะเป็นทุกข์ มันจะคอยแต่วันเดือนปี เทวดาอารักษ์หามาให้ มันจะมีความทุกข์เปล่าๆ

ให้หาเอาด้วยกาย วาจาของเรา ด้วยกรรมคือการกระทำของเรา เราทำดีได้ดี ทำชั่วได้ชั่ว ถ้าเราเข้าใจว่าของดีของชั่ว ของผิดของถูกอยู่ที่เรา ที่กาย ที่วาจา ที่ใจของเราแล้ว เราก็ไม่ต้องไปหาที่อื่น หาตรงที่มันมีอยู่ เช่นสิ่งของที่มันตกลงตรงนี้ ก็หาตรงที่มันตกลงนี่เอง ไม่เห็นก็ให้มันอยู่ เราหาตรงที่มันตกนี่ อันนี้มันตกที่นี่ไปหาที่โน่น เมื่อไรมันจะเห็นเล่า **ถ้าเราทำดีทำชั่วอยู่กับเรา ไม่วันใดก็วันหนึ่งก็ต้องเห็น ให้เราเข้าใจอย่างนี้**

สัตว์เป็นไปตามกรรม คือการกระทำของตน กรรมคืออะไร ญาติโยมชอบเชื่อมากเกินไป ถ้าไปทำบาป ยมบาลท่านจดไว้ จะไปท่านก็ตามจด ท่านจะเอาบัญชีมาอ่านเอาเรียกเอา ผู้นั้นทำกรรมนั้น ผู้นี้ทำกรรมนี้ กลัวแต่ยมบาลข้างหน้า ไม่รู้จักยมบาลที่ใจตัวเองนี้ ถ้าตัวเราทำชั่ว ให้ไปหลบทำอยู่คนเดียวสิมันจดเองมัน

ที่นั่งอยู่ที่นี่คงจะมีอยู่หลายคน ที่เคยแอบไปทำชั่วอยู่คนเดียว ทำไม่ให้คนอื่นเห็น แต่เจ้าของเห็น ยมบาลมันเห็นอยู่ ผู้หญิงผู้ชายเหมือนกัน คงจะเคยทำอยู่คนเดียวนั่นนึกได้ไหมล่ะ นึกดูเอาเอง มันเป็นปัจจัตตัง เห็นอยู่นั่นแหละ ยมบาลท่านจดไว้แล้ว หนีไม่พ้น แม้จะทำอยู่คนเดียว หลายคน นอกทุ่งกลางทุ่งก็ตาม

ใครบ้างที่เคยไปลักของคนเดียว คนพวกนี้คงจะมีขโมยอยู่แต่ก่อน เคยขโมยของคนอื่น ทุกวันนี้ไม่ขโมยของคนอื่นก็ขโมยของตัวเอง อาตมาเองก็มักจะเป็นอยู่ จึงเชื่อว่าญาติโยมอยู่ที่นี่คงจะเคยทำชั่วอยู่คนเดียวมิให้คนอื่นเห็นแต่ตัวเองรู้จัก ไม่กล้าพูดให้คนอื่นฟังเท่านั้น เพราะมันสนุกเรื่องนี้มันขำเหลือเกิน นี่แหละยมบาลท่านจดไว้หรอก ไปทางไหนท่านก็จดไว้ในบัญชีใจ คือเจตนา เรารู้ตัวเราเองเมื่อทำชั่วแล้วมีชั่ว ทำถูกแล้วมีถูก **จะไปทำอยู่ในที่ที่คนไม่เห็น ไม่มี ถ้าเราทำผู้อื่นไม่เห็น เราก็เห็น มันไม่ไปไหนหรอก พระพุทธเจ้าสอนให้เห็นเจ้าของ แม้ลงไปอยู่ในรู ก็เห็นเจ้าของอยู่ในรู เลยทำบาปไม่ได้**

ฉะนั้นทำไมจะไม่เห็น ความบริสุทธิ์ของตนเราเห็นหมด สงบก็รู้ ทุกข์ก็รู้ พ้นก็รู้ ไม่พ้นก็รู้ ดังนั้นศาสนาของพระพุทธเจ้านี้ ถ้าทำต้องรู้จัก ไม่ใช่เหมือนพราหมณ์ พอขึ้นไปว่า "ให้ท่านอยู่ดีมีกำลังเน้อ ให้ท่านมีอายุยืนนาน" พระพุทธเจ้าท่านไม่พูดอย่างนั้น การพูดแต่ปาก มันจะหายได้อย่างไรกัน พระพุทธเจ้าเมื่อไปดูคนป่วย ถามว่าเบื้องแรกเป็นอะไร ก่อนจะเป็นไข้นี้เป็นอะไรมาก่อน มันเป็นอย่างนั้นๆ เล่าไป อ้อ มันเป็นอย่างนี้เอายาให้กินลองดู ฉีดลองดู ถ้าไม่ถูกตามอาการอีก ฉีดยาดู ถ้าถูกแล้ว ก็ใช่แล้ว ทำอย่างมีเหตุผล ส่วนพวกพราหมณ์เอาฝ้ายผูกแขนแล้วพูดว่า "เออ! ให้ท่านอยู่ดีมีกำลัง ข้าไปแล้วให้เจ้าลุกขึ้นกินปลาหากินข้าวได้นะ"...จ้างก็ไม่หาย มันไม่มีเหตุผลอะไรนี่ แต่ญาติโยมชอบเชื่ออย่างนั้น พระพุทธเจ้ามิได้หมายถึงอย่างนั้น ท่านให้หมายถึงการมีเหตุมีผลในการปฏิบัติ

พระพุทธศาสนาล่วงเลยมาหลายพันปีแล้วอย่างนี้ บางคนก็ถ่ายทอดมาจากพ่อแม่ครูบาอาจารย์ ท่านพาทำอย่างไร ก็ทำเรื่อยๆมาอย่างนั้น ถึงแม้ผิดก็ทำอยู่อย่างนั้นแหละ อันคนโง่ เขาพาทำอะไรก็ทำตามเขา พระพุทธเจ้าท่านมิได้ประสงค์อย่างนั้น ท่านต้องการให้มีเหตุมีผล ยกตัว

อย่าง คราวครั้งหนึ่งพระองค์เทศน์ให้พระสารีบุตรฟัง เทศน์ไปๆ เทศน์จบแล้วจึงตรัสถามว่า "สารีบุตรเธอเชื่อเราไหม" พระสารีบุตรทูลว่า "ยังไม่เชื่อ เชื่อไม่ได้" พระองค์จึงตรัสว่า "ดีแล้ว สารีบุตร"

ปราชญ์หรือคนมีปัญญาไม่เชื่อง่ายหรอก ต้องไตร่ตรองหาเหตุผลให้รู้ตามเป็นจริงเสียก่อนจึงเชื่อ แต่ครูบาอาจารย์ส่วนมากเดี๋ยวนี้มักจะพูดว่า แกไม่เชื่อข้า จะหนีไปไหนก็ไป...ไล่หนีเลย เราเลยพากันกลัว ท่านพาทำอะไรก็ทำไป เชื่อไปอย่างนั้น พระพุทธเจ้าท่านสอนให้เป็นคนมีเหตุมีผล ให้คอยได้ยิน ได้ฟัง ทั้งพิจารณา อย่างอาตมาเทศน์ให้ฟังก็เช่นกัน ให้เอาไปพิจารณาว่าถูกดังที่พูดไหม ให้เป็นผู้ค้นคว้าจริงๆ ให้อยู่ที่ตัวเราทั้งหมด

ท่านจึงให้รักษาจิต ผู้ใดตามรักษาจิตของตน ผู้นั้นจักพ้นจากบ่วงของมาร เพราะจิตเรามันเข้าไปยึดมั่นเข้าไปหมาย เข้าไปรู้ เข้าไปเห็น เข้าไปสุข เข้าไปทุกข์ เพราะจิตของเราทั้งนั้น เมื่อเรารู้เท่าตามเป็นจริงของสมมุติสังขารเหล่านี้แล้ว มันจึงเปลื้องทุกข์เหล่านี้ออกตามธรรมชาติธรรมดาของมัน

สิ่งทั้งหลายทั้งปวงมันเป็นของมันอยู่อย่างนั้น มันมิได้ให้ทุกข์เรา เช่นเดียวกับหนาม หนามที่แหลมๆมันให้ทุกข์เราไหม เปล่า มันเป็นหนามอยู่อย่างนั้น มิได้ให้ทุกข์ผู้ใด ถ้าเราไปเหยียบมันเข้าก็ทุกข์ทันที ทำไมจึงเป็นทุกข์ เพราะไปเหยียบมัน "ฉันเป็นหนาม ฉันก็เป็นอยู่ของฉัน ฉันไม่ได้ไปทำใคร" มันมิได้ให้โทษใคร เราไปเหยียบมัน เราจึงเจ็บปวด จึงว่าเป็นเพราะเรา

รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ของที่มันเป็นอยู่ในสกลโลกนี้ มันเป็นของมันอยู่อย่างนั้น เราไปชวนชกเอา ไปชกมันๆ มันก็กลับชกคืนนั่นเอง เขาอยู่เฉยๆ เขาไม่มีโทษอะไรนี่ เจ้าจองหองกินเหล้าเมาแล้วไปยุ่งกับเขา สังขารเหล่านั้นก็เป็นอยู่ตามสภาพของมัน ท่านจึงกล่าวว่า

เตสํ วูปสโม สุโข

ถ้าเรามาสงบสังขาร เห็นสมมุติสังขาร

ว่าไม่ใช่เรา ไม่ใช่เขา ไม่ใช่ตัว ไม่ใช่ตน

มันเป็นสักกายทิฏฐิแล้วนั่น

มันก็สงบจาก ว่าตัว ว่าตน ว่าเรา ว่าเขา

ถ้าเข้าใจว่า เราดี เราชั่ว เราเลิศ เราประเสริฐ มันก็เป็นพิษอยู่นี่แหละ ถ้าเข้าใจว่ามันเป็นสมมุติ มันเป็นสังขาร เขาจะว่าดีบ้างว่าชั่วบ้าง ก็ปล่อยให้เขาได้ ถ้ายังเข้าใจว่ากู ว่ามึง อยู่นี่ มันก็แตนสามรังนั่นแหละ อยู่นี่พูดเฉยๆก็ต่อยคืนเลย เพราะมันห่วง หวงของไม่น่ากิน หวงของต่ำๆ พูดเฉยๆก็ยังหวง

พระพุทธเจ้าบอกพวกนี้คือ**สักกายทิฏฐิ** วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส ถ้าเราพิจารณาเห็นสมมุติสังขารเหล่านี้ตามเป็นจริงแล้ว ไม่มีการถือเนื้อถือตัวหรอก เห็นพ่อเขาก็เหมือนพ่อเรา เห็นแม่เขาก็เหมือนแม่เรา เห็นลูกเขาหลานเขาก็เหมือนลูกเราหลานเรา เห็นความสุขความทุกข์ของหมู่ของเพื่อน ของสัตว์ต่างๆ ก็เหมือนกันเสมอกัน

นี่ก็เห็นพระศรีอริยเมตไตรยเท่านั้นเอง ไม่ยุ่งยากอะไร มันเสมอกัน แผ่นดินก็ราบเหมือนหน้ากลองชัยเท่านั้น ให้มัวแต่ปรารถนาให้พบพระเจ้าเมตไตรยอยู่นั่น อย่าพากันปฏิบัติมันคงจะได้พบละสิ ท่านไม่เป็นบ้าพอจะเอาคนอย่างนั้นไปด้วย เราก็ได้แต่พากันสงสัย มิได้สงสัยในสักกายทิฏฐิ เขาจะว่าดีว่าชั่วก็ช่างโลกเขาเถอะ ใจเรามันปล่อยว่าง มันสงบสังขารก็เลยเป็นสุข ***วิจิกิจฉา*** ความสงสัยลังเลว่า

เราเป็นนั่นเป็นนี่ ว่าดีนั่นชั่วนี่ ก็มิได้สงสัยในเรา เราดีกว่าเขา เราชั่วกว่าเขา ไม่ตื่นเต้นไปในกลุ่มใดชุมนุมใดก็สบาย *สีลัพพตปรามาส* การปฏิบัติจะลูบคลำก็ไม่มี ผู้นี้น่าชังผู้นี้น่ารัก ที่นี่ดีที่นั่นชั่ว ที่นั่นผิดที่นี่ถูก อันนั้นเป็นอย่างนั้นเปล่า...ไม่มี มันราบไปหมด มันก็พบหน้าพระเจ้าเมตไตรยถึงศาสนาของพระองค์เท่านั้น ผู้ที่ประณมแต่มือ ปรารถนาเอาแต่ปาก มันคงจะได้กระมัง ให้พากันเตรียม ให้พากันหามันเป็นอย่างนี้

อันนี้แหละเป็นข้อวัตร ข้อปฏิบัติ พวกเราทั้งหลายมาประชุมวันนี้ เทศน์ไปอีกก็จะเป็นอย่างนี้แหละ มิใช่อย่างอื่น เทศน์ไปอีกก็เป็นอย่างนี้อีก เอาละส่งมาถึงตรงนี้ก็พากันพิจารณาไป ส่งถึงหนทาง ใครจะไปก็ไป ใครจะอยู่ก็อยู่ ใครไม่อยู่ก็ไป ใครจะทำอย่างไรก็ทำ พระพุทธเจ้าก็ส่งแค่ปากตรอกนี่แหละ *อกฺขาตาโร ตถาคตา* พระตถาคตเป็นแต่ผู้บอก อาตมาปฏิบัติ ท่านก็บอกแค่นี้ อาตมาก็หาทำเอาทำมาแล้วเอามาสอนญาติโยม ก็มาบอกแค่นี้ แค่ปากตรอกนี้ ใครอยากกลับก็กลับ ใครอยากไปก็ไป ใครอยากอยู่ก็อยู่เอ้า...เอวัง เท่านี้นะ...

ระเบียบการจัดการศาสนสมบัติอันเป็น มรดกธรรมของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท)

เนื่องจากพระเดชพระคุณพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ประสงค์ที่จะเผยแพร่พระธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเพื่อเป็นแนวทางในการประพฤติปฏิบัติธรรมแก่สาธุชนทั่วไปและไม่เห็นด้วยอย่างยิ่งกับการสร้างรูปเหมือน รูปหล่อ และเหรียญของพระเดชพระคุณท่านฯ อันจะเป็นการทำให้เกิดความลุ่มหลงและศรัทธาอันเป็นมิจฉาทิฐิ

เพื่อให้เป็นไปตามเจตนารมย์ของพระเดชพระคุณพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) เจ้าอธิการเลี่ยม ฐิตธมฺโม เจ้าอาวาสวัดหนองป่าพงจึงได้แต่งตั้งคณะกรรมการฯ ขึ้นชุดหนึ่งเพื่อวางระเบียบการจัดการศาสนสมบัติอันเป็นมรดกธรรมของพระเดชพระคุณพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ซึ่งต่อไปนี้จะเรียกว่า 'คณะกรรมการฯ' ที่ประชุมคณะกรรมการฯ ได้มีมติวางระเบียบการจัดการเรื่องดังกล่าวไว้ดังนี้

๑. รูปเหรียญ รูปพิมพ์ รูปอื่นๆ หรือวัตถุมงคลใดใดที่ทำขึ้นเพื่อให้มีลักษณะเหมือนหรือใช้เป็นสัญลักษณ์แทนหรืออ้างถึงพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ห้ามจัดทำขึ้นโดยเด็ดขาด

๒. รูปหล่อ รูปปั้น รูปแกะสลัก หรือรูปอื่นใดทำนองเดียวกันนี้ที่เหมือนองค์จริงหรืออ้างถึงพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ให้ทำได้เฉพาะวัดสาขาและตั้งประดิษฐานไว้ที่วัดสาขาเท่านั้น ในกรณีอื่นๆ ห้ามจัดทำขึ้น เว้นแต่จะได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการฯ เป็นกรณีไป โดยในการขออนุญาตจะต้องทำ เป็นหนังสือระบุขนาดจำนวน และสถานที่ประดิษฐานไว้อย่างชัดเจน

๓. ภาพถ่ายของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) รูปภาพ ภาพดัดแปลง แผ่นภาพซึ่งทำโดยวิธีอื่นใดให้มีลักษณะเป็นภาพพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ตลอดจนสำเนาซึ่งภาพดังกล่าวจะทำขึ้นใหม่ต้องได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการฯ เว้นแต่จะจัดทำขึ้นเป็นจำนวนเล็กน้อยเพื่อบูชาเป็นส่วนตัว มิได้แจกจ่ายต่อสาธารณะ

๔. คำสอนหรือคำเทศนาของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ที่บันทึกไว้ในรูปของ วีดีโอเทป ภาพยนตร์ เทปคาสเซตต์ ซีดี หรืออุปกรณ์อย่างอื่นทำนองเดียวกัน ห้ามทำซ้ำ ทำขึ้นใหม่หรือแปลเป็นภาษาอื่น หรือดัดแปลงไม่ว่าด้วยวิธีใดๆ เว้นแต่จะได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการฯ เป็นกรณีไป โดยการอนุญาตต้องกำหนดจำนวนและอุปกรณ์ที่ใช้ ตลอดจนวิธีการเผยแผ่อย่างชัดเจน

๕. หนังสือคำสอนของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) ห้ามจัดทำขึ้นใหม่ หรือทำสำเนาขึ้นใหม่ ทำซ้ำ หรือแปลเป็นภาษาอื่น (ต้นฉบับเป็นภาษาไทย) หรือดัดแปลงไม่ว่าด้วยวิธีใดๆ เว้นแต่จะได้

รับอนุญาติจากคณะกรรมการฯ ทั้งนี้ไม่ว่าทั้งหมดหรือบางส่วน

การสรุปข้อความจากหนังสือ หรือดัดแปลง ตัดต่อข้อความบางส่วนของหนังสือจะกระทำมิได้โดยเด็ดขาด

๖. การเผยแผ่ธรรมะหรือคำสอนของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) โดยใช้เทคโนโลยีอื่นๆ เช่น อินเตอร์เนต เป็นต้น จะกระทำได้ เว้นแต่จะได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการฯ

๗. เมื่อได้รับอนุญาตจากคณะกรรมการฯ ให้จัดทำขึ้นใหม่ ทำซ้ำ ทำสำเนาหรือเผยแผ่มรดกธรรมตามข้อ ๒-๖ ผู้จัดทำจะต้องนำคำขออนุญาต และคำอนุญาตจากคณะกรรมการฯ ใส่ไว้ในมรดกธรรมที่เกิดขึ้นใหม่ด้วยสำหรับมรดกธรรมที่ผู้ได้รับอนุญาตให้จัดทำขึ้นหากเป็นหนังสือ เอกสาร หรือโดยใช้เทคโนโลยีอื่นใดที่ใช้สำหรับอ่าน ให้นำระเบียบนี้ใส่ไว้เป็นส่วนหนึ่งของมรดกธรรมที่เกิดขึ้นใหม่ด้วย ทั้งนี้ให้ขึ้นอยู่กับการพิจารณาความเหมาะสมของคณะกรรมการฯ ด้วย

๘. หากผู้ใดกระทำการฝ่าฝืนระเบียบนี้ตามข้อ ๑-๗ ที่เกิดขึ้นก่อนวันที่ออกระเบียบนี้ หรือที่จะเกิดขึ้นในกาลข้างหน้าให้พิจารณาแก้ปัญหาดังนี้

๘.๑ ธรรมะหรือคำสอนที่แปลเป็นภาษาอื่นแล้วก่อนออกระเบียบนี้ ให้รวบรวมและนำมาตรวจสอบความถูกต้องในการแปล หากพบความผิดพลาดต้องแก้ไข ให้เรียกผู้แปล และผู้จัดทำมารับทราบและดำเนินการ หากไม่สามารถดำเนินการให้เรียบร้อยได้โดยดี ให้ดำเนินการตามข้อ ๘.๒

๘.๒ การจัดการกับการฝ่าฝืนตามข้อ ๑-๗ รวมทั้งกรณี

อื่นๆ ให้คณะกรรมการฯ พิจารณาเป็นกรณีไป โดยพิจารณาถึงเจตนาผู้กระทำตลอดจนการให้ความร่วมมือในการแก้ปัญหาของผู้กระทำหากมีความจำเป็น ให้คณะกรรมการฯ มีอำนาจแต่งตั้งบุคคลหรือคณะบุคคลเพื่อดำเนินการกับผู้กระทำการละเมิดทั้งทางแพ่งและอาญา หรือดำเนินการอื่นใดตามที่คณะกรรมการฯ มอบหมาย โดยยึดหลักประนีประนอมเพื่อดำรงค์ไว้ซึ่งเจตนารมณ์ และชื่อเสียงเกียรติคุณของพระโพธิญาณเถร (ชา สุภทฺโท) และวัดหนองป่าพงและสาขา เป็นสำคัญ

๙. การมอบหมายให้บุคคลหรือคณะบุคคลดำเนินการตามข้อ ๘.๒ คณะกรรมการฯ จะต้องกำหนดหลักเกณฑ์ และขอบเขตในการดำเนินการให้แก่ผู้รับมอบหมาย และหากทำได้ให้กำหนดระยะเวลาในการดำเนินการ และรายงานสรุปผลต่อคณะกรรมการฯ ด้วย

เจ้าอาวาสวัดหนองป่าพงเป็นผู้รักษาการตามระเบียบการนี้ และมีอำนาจให้คำอนุญาตได้ในกรณีที่เห็นควร

ระเบียบนี้ออกเมื่อวันที่ ๑๑ พฤศจิกายน ๒๕๔๓

เจ้าอธิการ เลี่ยม ฐิตธมฺโม

(เจ้าอธิการเลี่ยม ฐิตธมฺโม)

เจ้าอาวาสวัดหนองป่าพง

๑. วัดหนองป่าพง

วัดหนองป่าพง ต.โนนผึ้ง อ.วารินชำราบ จ.อุบลราชธานี ๓๔๑๙๐

โทรศัพท์ / โทรสาร ๐-๔๕๓๒-๒๗๒๙

สมทบทุนเข้ากองทุนมรดกธรรมได้ที่

● ธนาคารกรุงเทพ จำกัด สาขาวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี
บัญชีสะสมทรัพย์ ชื่อบัญชี "วัดหนองป่าพง โครงการมรดกธรรม"
เลขที่บัญชี ๒๕๗-๔-๒๕๐๕๘-๑

● หรือ ไปรษณีย์ธนาณัติ สาขาวารินชำราบ จังหวัดอุบลราชธานี ๓๔๑๙๐
ในนาม เจ้าอาวาสวัดหนองป่าพง (มุมซอง สมทบเข้ากองทุนมรดกธรรมฯ)

๒. ศูนย์กรุงเทพมหานคร

๒๑๐๒/๓๒ ซ.รามคำแหง ๒๖/๑ ถ.รามคำแหง แขวงหัวหมาก
เขตบางกะปิ กทม. ๑๐๒๔๐

โทรศัพท์ ๐-๒๓๗๔-๐๙๕๑-๒ โทรสาร ๐-๒๗๓๒-๐๒๙๙

สมทบทุนเข้ากองทุนมรดกธรรมได้ที่

● ธนาคารกรุงเทพ จำกัด สาขาย่อยรามคำแหง ซ. ๒๘
บัญชีสะสมทรัพย์ ชื่อบัญชี "วัดหนองป่าพง โครงการมรดกธรรม"
เลขที่บัญชี ๒๔๓-๐-๓๒๑๑๙-๖

สงวนลิขสิทธิ์

เจ้าอาวาสวัดหนองป่าพง
ตำบลโนนผึ้ง อำเภอวารินชำราบ
จังหวัดอุบลราชธานี ๓๔๑๙๐
โทรศัพท์ ๐-๔๕๓๒-๒๗๒๙



น้ำไหลนิ่ง พระโพธิญาณเถร (หลวงพ่อชา สุภัทโท) มรดกธรรม เล่มที่ ๒

นั่นแหละที่เรียกว่า คนหมดบุญ

เดี๋ยวนี้เรียกคนตายว่าคนหมดบุญแล้ว

ไม่ใช่อย่างนั้น

คนที่ไม่ตายแต่หมดบุญมีเยอะ

คือคนที่ไม่รู้จักบุญ

ใจมันเป็นแต่บาปอยู่อย่างนั้น

จึงสะสมแต่บาปอยู่